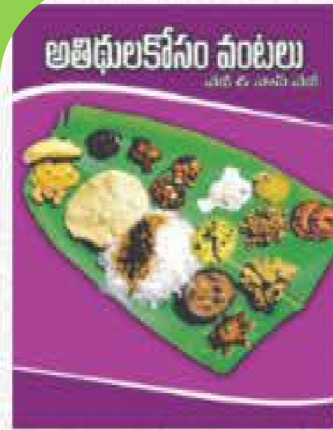
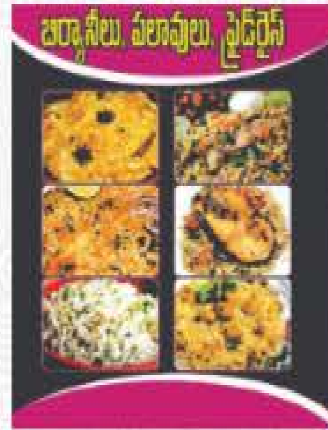
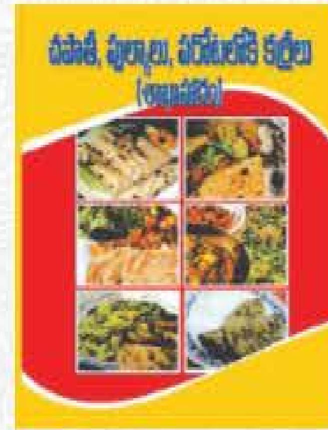


ATHIDHULAKOSAM VANTALU



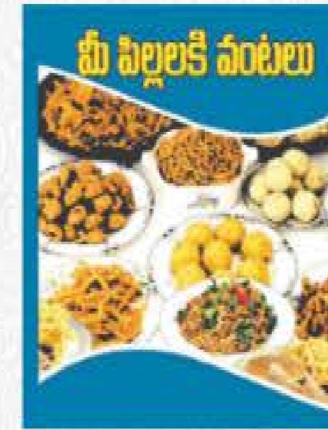
BIRYANILU PALAVULU, FRIEDRICES



CHAPATHILU, PAROTALU, PULKALALOKIVEG CURRIES



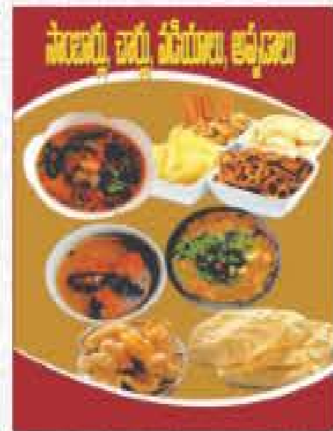
ICE CREAMS HOME MADE PUDDINGS



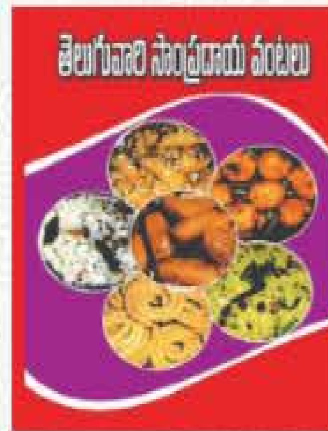
MEE PILLALAKI VANTALU



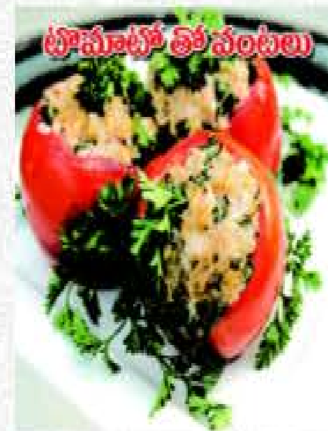
PRAYANAM LO NILVA VANTALU



SAMBARLU CHARLU VADIYALU



TELUGU SAMPRADAYA MODIFIED



TOMATO THO VANTALU







అతిథుల కోసం వంటలు

సరస్వతి

అతిథుల కోసం వంటలు

₹ 40/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

ప్రథమ ముద్రణ:
జూలై 2011

పబ్లిషర్స్ :
సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ

ఇందులోని వంటలు ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం కోసం మాత్రమే. తయారీ విధానాన్ని బట్టి ఎంతమందికి కావాలో చూసుకొని, దాని ప్రకారంగా పాళ్లు సరిచూచుకొని వంట చేసుకోగలరు.

గోవా దోదోల్

రొయ్యబిర్యాని

రవ్వలడ్డూ

చక్రపొంగలి

చికెన్ కట్‌లెట్స్

కోడిగ్రుడ్డు బజ్జి

ఎగ్‌మసాలా పులుసు

బర్ఫీ

మొలకగింజలతో ఛాట్

సున్నుండలు

మిక్స్‌చర్ భేల్

రాగి తీపి దోసెలు

కొబ్బరిపాలతో పన్నీర్ కుర్మా

పెరుగు పాపడి

డ్రై ఫ్రూట్ లడ్డు

మహారాణి చికెన్

కిస్ప్ ఫ్రైడ్ తంగ్డీ కబాబ్

శనగలతో టమాటా శాండివిచ్

కాలీఫ్లవర్ కుర్మా

కంచీ చీజ్ రోల్స్

చికెన్ లివర్

మొక్క జొన్న వంటకాలు

బూరెలు

బెడ్‌చాట్

క్యారెట్ పెరుగు పచ్చడి

దహీ కబాబ్

నూడిల్స్ -65

ఫ్రైడ్ చికెన్‌లెగ్స్

తీపి తాలికలు

ఆనియన్ టమాటా రైతా

ఆలూగోబీ

తీపి తాలికలు

రాగితో తీపి బిస్కెట్లు

టమాటా స్టఫింగ్స్

ఎగ్ ఉప్మా

బెంగాలీ స్వీట్

గోరుచిక్కుడు సబ్జి

మైదా హల్వా

సూప్

కాలీఫ్లవర్‌రైతా

సెనగల మసాలా

ఛిల్లీ చికెన్

కుర్మా రైస్

అటుకుల ఉప్మా

జింజర్ చికెన్

మిరప కోడికూర

తండూరి చికెన్

కొబ్బరి పెరుగు పచ్చడి

కోడి పకోడి

చికెన్ పికెల్

ఝాల్‌మురీ

సగ్గుబియ్యంతో కిచిడీ

కొల్హాపురి అండి

మసాలా పూరీలు

చికెన్ జంగ్వారీ పలావ్

అన్నిపప్పలతో పొడి

రాజ్‌మాలతో

పెరుగు తాలింపు

చికెన్ ఫింగర్ శాండ్‌విచెస

సబ్జ్ పసంద్

బూందీ లడ్డూ

ఎగ్-కర్డ్ కుర్మా

చికెన్ బిరియాని

కరివేపాకుతో కోడిమాంసం

మన్ పొలిచ

కొబ్బరి గుల్లల గులాబ్‌జాం

పొంగణాలు

గొట్టంకాజా (కాకినాడ కాజా)

అటుకుల పులిహోర

అతిథుల కోసం వంటలు

గోవా దోదోల్

కావలసిన పదార్థాలు

బియ్యం	:	300గ్రాములు
తాటి బెల్లం	:	500గ్రాములు
కొబ్బరి పాలు	:	2 గ్లాసులు
జీడిపప్పు	:	50గ్రాములు
యాలకులు	:	50గ్రాములు
నెయ్యి	:	200గ్రాములు

తయారు చేయు విధానము

బియ్యాన్ని గంట సేపు నానబెట్టి, కడిగి నీరు తీసేసి మెత్తగా రుబ్బండి. రుబ్బేటప్పుడు కొబ్బరి పాలు పోయండి. పిండి మెత్తగా అయ్యాక, సన్నని వస్త్రంలో వడకట్టి పాలను పిండాలి.ఒకబాణలిలో తాటి బెల్లం వేసి, ఒకప్పు నీళ్లు కలిపి సన్నని తీగలు వచ్చే వరకూ పాకం పట్టండి. ఇందులో బియ్యం పాలను గట్టిపడేలా చేసిన తరువాత జీడిపప్పు వేయండి.ఈ ముద్ద దగ్గర పడ్డాక నెయ్యి పోసి కలియబెట్టండి. ఈ మిశ్రమం జిగురుగా మారే వరకూ ఉంచి యాలకులు కలిపి కుక్కర్ టిన్‌లో గానీ, మౌల్డ్‌లో గోవా దోదోల్ తయారువుతుంది.

రొయ్యబిర్యాని

కావలసిన పదార్థములు:

సెనగపప్పు	:	200 గ్రాములు
బియ్యం	:	200 గ్రాములు
రొయ్యలు	:	100 గ్రాములు
పచ్చిమిరపకాయ	:	1 చెంచా పేస్టు
అల్లం,వెల్లుల్లిపేస్టు	:	1 చెంచా
ఉల్లిపాయలు	:	2
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
బిరియానీ ఆకు	:	4
పసుపు	:	1 1/2 చెంచా
జీలకర్రపొడి	:	1 గరిటెడు
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
నూనె	:	1 గరిటె
టమాటా ప్యూరీ	:	4 చెంచాలు
ఉప్పు	:	రుచికి తగినంత
కొబ్బరిపాలు	:	1 చిప్ప

వెల్లుల్లి వాడకూడదని నియమం గలవారికి ఇది నిషేధం

తయారుచేయు విధానం:

సెనగపప్పు బియ్యం కడిగి నానపెట్టాలి. రొయ్యలను బాగా కడిగి ఉంచుకోవాలి. నూనె వేడి చేసి రొయ్యలను వేయించాలి. మరొక మూకుడులో నూనె వేడిచేసి ఇందులో బిరియాని ఆకు, గరంమసాలా, జీలకర్రపొడి కూడా వేసుకోవాలి. తరువాత ఉల్లిగడ్డ ముక్కలు కూడా వేసి బాగా వేయించాలి. తరువాత అల్లం, వెల్లుల్లి, పచ్చిమిరపకాయ పేస్టు కూడా వేసి వేయించాలి. ధనియాలపొడి కూడా వేసి కొద్ది సేపు ఉడికిన తరువాత బియ్యం, పప్పువేసి వేయించాలి. ఉప్పువేసి తగినంత నీరు పోసి ఉడికించాలి. ఉడుకు తుండగా వేయించిన రొయ్యలు, కొబ్బరిపాలు పోసి ఉడికించాలి.

రవ్వలడ్డూ

కావలసిన పదార్థాలు :

బొంబాయిరవ్వ	:	ఒక కేజీ
నెయ్యి	:	ఒక గిన్నె
పాలు	:	కొంచెం
యాలక్కాయపొడి	:	రెండుచెంచాలు
కొబ్బరికాయలు	:	రెండు
పంచదార	:	ఒకటిన్నర కేజీ
జీడిపప్పు	:	100 గ్రా॥

తయారుచేయు విధానం :

బొంబాయి రవ్వ జల్లించి బాండీలోదోరగా వేయించి పెట్టుకోవాలి. కొబ్బరికాయను పగలకొట్టి కొబ్బరి కోరి బాండీలో 2 చెంచాల నేతిలో వేసి దోరగా వేపాలి. తరువాత బేసిన్‌లో వేపిన బొంబాయిరవ్వ, కొబ్బరికోరు, యాలకులపొడి, వేపిన జీడిపప్పు పంచ దారని వేసి నెయ్యివేసి బాగా కలిసేలా కలపాలి. తరువాత కొద్దిగా పాలుముద్ద అయ్యేలా పోసి కావలసిన సైజులో ఉండలు కట్టుకోవాలి. పంచదార పంటి క్రింద తగులుతుంద నుకుంటే పంచదారని మిక్సీ వేసి పొడి కలుపుకుంటే ఇంకా రుచిగా ఉంటుంది.

చక్రపొంగలి

కావలసిన పదార్థాలు :

బియ్యం	:	అరకేజీ
పెసరపప్పు	:	కేజీ
నెయ్యి	:	పావుకిలో
కిస్మిస్	:	10
జీడిపప్పు	:	50 గ్రా॥
పచ్చకర్పూరం	:	కొద్దిగా
కుంకుమపువ్వు	:	కొద్దిగా
ఏలకులు	:	20 గ్రా॥
పంచదార	:	అరకేజీ

పాలు	:	లీటరు
సీమబాదంపప్పు	:	200 గ్రా||

తయారుచేయు విధానం :

బియ్యం కడిగి నీరు లేకుండా వడేసుకోవాలి. సీమబాదంపప్పు నీళ్ళలో నానబెట్టి పెచ్చుతీసి, చీరాలి. జీడిపప్పు, కిసిమిస్ నేతిలో వేపాలి. పెసరపప్పు దోరగా వేపాలి. ఏలకులు పొడి చేయాలి. బియ్యం,పాలు, పెసరపప్పు, నీళ్ళు పోసి పదునుగా ఉడికించాలి. అన్నం అత్తెసరు అయిన తర్వాత పంచదార, నెయ్యి వేసి కలపాలి. జీడిపప్పు, కిస్మిస్, సీమబాదంపప్పు, వేసిదించి ఏలకులపొడి, పచ్చకర్పూరం, కుంకుమ పువ్వు వేసి కలిపి 5 నిమిషాలు వుంచి దించేయాలి.

చికెన్ కట్‌లెట్స్

కావలసిన పదార్థములు :

కోడి మాంసం	:	పావుకిలో
	(ఉడికించినది)	ఒకటే కండ
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	మూడు స్పూన్లు
కొత్తిమీర	:	రెండు స్పూన్లు (కట్ చేసినది)
సాల్ట్	:	సరిపడా
మిరియాలపొడి	:	కొంచెం
జాజికాయ పొడి	:	కొద్దిగా
కోడిగుడ్ల సొన	:	రెండు
పాలు	:	కప్పున్నర
రొట్టెముక్కలు	:	100 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

ఒక సాస్ పాన్‌లో వెన్నను వేడిచేయాలి. వెన్న కరగగానే కొంచెం కొంచెంగా పిండిని వేస్తూ గడ్డలు కట్టకుండా కలుపుతూ ఉండాలి. దానిలో పాలు పోస్తూ కలుపుతూ ఉడికించాలి. కొంచెం మరుగుతూ వుండగా ఉడికించిన కోడి కండను అందులో వేయండి. కొత్తిమీర– ఉప్పు–మిరియాలపొడి– జాజికాయ పొడి అందులో వేసి బాగా కలుపుకుని ఒక పొంగు వచ్చేలా ఉడికించాలి. బాగా

ఉడికిన తరువాత దింపేసి చల్లారబెట్టండి. ఆ మిశ్రమం చల్లార్చిన తరువాత కొద్ది కొద్దిగా తీసుకుని గుండ్రంగాగాని– కోడిగుడ్డు ఆకారంలోగాని కట్‌లెట్స్‌ను వొత్తుకోండి.ఆ కట్‌లెట్స్‌ను పిండిలో అటు యిటు వొత్తండి.కోడి గుడ్డులోని తెల్లసొనను, కొంచెంగా గిలకొట్టండి. పిండిలో వొత్తుకున్న కట్‌లెట్‌లను సొనలో ముంచి–రొట్టెముక్కల పొడిలో అటు యిటు అంటుకునేలా అది ఓ ప్రక్కన పెట్టి ఆరనివ్వండి.ఒక అరగంట తరువాత కళాయిలో నూనె వేడిచేసి ెం ం డ ం ప్రక్కలా దోరగా వేయించుకోవాలి.ఇది చాలారుచిగా వుంటుంది.

కోడిగ్రుడ్డు బజ్జి

కావలసిన పదార్థములు:

గ్రుడ్లు ఉడకబెట్టినవి	:	నాలుగు
శనగపిండి	:	1/4 కేజి
ఉప్పు	:	తగినంత
బ్రెడ్	:	1 ప్యాకెట్
నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

ఒక పాత్రలో శనగపిండిలో తగినంత నీరు, ఉప్పు చేర్చిబాగా కలప వలెను.దానిలో మొత్తం గుడ్లు పగులగొట్టి పోయవలెను. ఆ సొనలో ఒక్కొక్కటిగా బ్రెడ్ ముక్కలను ముంచి ఎర్రగా కాగిన నూనెలో వేయించవలెను. వీటిని చట్నీలో తింటే చాలా రుచిగా ఉంటుంది.

ఎగ్‌మసాలా పులుసు

కావలసినపదార్థములు:

గుడ్లు	:	4
ఉల్లిపాయలు	:	2
చింతపండు	:	కొద్దిగా
ఎండుమిర్చి	:	8
ధనియాలు	:	1 స్పూను
గసగసాలు	:	1/4 స్పూను

మెంతులు	:	1/4 స్పూను
ఆవాలు	:	1/4 స్పూను
జీలకర్ర,వెల్లుల్లిరేకలు	:	6
పసుపు	:	1 స్పూను
నూనె	:	1 స్పూను
ఎండుకొబ్బరి	:	1 స్పూను తురుము
పచ్చిమిర్చి	:	2
ఉల్లిముక్కలు	:	2 స్పూన్లు
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
ఉప్పు	:	రుచికి తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

గ్రుడ్లు ఉడకబెట్టి ఒలిచి గాట్లు పెట్టుకోవాలి. ఉల్లిపాయలు ముక్కలుగా తరిగి గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. ఎండుమిరపకాయలు, ధనియాలు, గసగసాలు, మెంతులు, ఆవాలు, జీలకర్ర, ఎండుకొబ్బరి తురుము వట్టి కళాయిలో వేసి కొద్దిగా వేయించి, వాటితోపాటు వెల్లుల్లిరేకలు వేసి గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. స్టవ్‌పై కళాయిపెట్టి నూనె కాగినతరువాత ఉల్లిముద్ద వేసి దోరగా వేయించాలి. పసుపుపొడి, కొట్టిన మసాలాపొడి వేసి చింతపండు పులుసు పోసి మరగనివ్వాలి. ఇప్పుడు గ్రుడ్లు, సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర పచ్చిమిర్చి చీలికలు ఉల్లిముక్కలు వేసి పులుసు చిక్కబడ్డ తరువాత దించాలి. ఇది రెండు రోజులు పాడవకుండా ఉంటుంది. నిల్వ ఉండాలంటే నూనె కొంచెం ఎక్కువగా వేసి పులుసు చేయాలి.

బర్ఫీ

కావలసిన పదార్థములు:

జొన్నపిండి	:	100 గ్రాములు
పంచదార	:	70 గ్రాములు
వేరుశనగపప్పు	:	25 గ్రాములు
నూనె	:	10 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

జొన్నపిండిని జల్లించి,నేతిలో లేదా నూనెలో వేయించాలి. వేరుశనగపప్పు వేయించి, పొట్టుతీసి, పొడిచేసి ఉంచాలి. పంచదరాలో నీరు పోసి తీగపాకం వచ్చేవరకు కలపాలి. జొన్న పిండి,వేరుశనగపిండి, పాకంలో వేసి బాగా ముద్దగా కలపాలి. ప్లేటుకి నూనెరాసి, ముద్దగా ఉన్న మిశ్రమాన్ని ప్లేటు అంతటా సమానంగా అద్ది, కత్తితో ముక్కలుగా కోయాలి.

మొలకగింజలతో ఛాట్

కావలసిన పదార్థములు:

ఉడికించిన ఆలుగడ్డ	:	2
ఉడికించిన మొలకెత్తిన పెసర్లు	:	150 గ్రాములు
ఉడికించిన కాబూలీ సెనగలు	:	పావు కప్పు
టమాటా	:	1
ఉల్లిగడ్డ	:	1
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
మిరపకాయలు	:	2
నిమ్మరసం	:	1
సేమియా	:	100 గ్రాములు
చింతపండు చట్నీ	:	సరిపడినంత
గ్రీన్ చట్నీ	:	సరిపడినంత
ఉప్పు	:	తగినంత
తియ్యటి పెరుగు	:	50 గ్రాములు
నూనె	:	పోపు వేయడానికి సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం:

ఉడికించిన ఆలుగడ్డ చెక్కుతీసి చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి. నూనె వేడిచేసి ఉడికించిన పెసర్లు, సెనగలు, ఆలుగడ్డ, టమాటా ముక్కలు, పొడవుగా కట్ చేసిన పచ్చి మిరపకాయలు, ఉల్లిగడ్డ ముక్కలు, కొత్తిమీర, ఉప్పు వేసి కొద్దిసేపు వేయించి దించి నిమ్మరసం పిండాలి.

ఇందులో ఉడికించిన సేమియా కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని ఒక బౌల్‌లోకి కానీ లేదా ఒక ప్లేట్‌లోకి తీసుకోవాలి. పెరుగు, పచ్చిమిరపకాయచట్నీ, లేదా పుదీనాచట్నీ, చింతపండు చట్నీ ఈ మిశ్రమం పైన వేసి సర్వ్ చెయ్యండి.

పుదీనా చట్నీ

పుదీనా ఆకులు కొన్ని, కొత్తిమీర ఆకులు కొన్ని మిక్సీలో వేసి ఇందులో ఉప్పు, నిమ్మరసం ఒకటిలేదా రెండు పచ్చిమిరపకాయలు వేస్తే గ్రీన్‌చట్నీ రెడీ అయిపోయినట్లే!

చింతపండు చట్నీ

చింతపండు నానపెట్టి గుజ్జుతీసి ఇందులో కాస్త బెల్లం, ఉప్పు, వేసి కొద్దిసేపు ఉడికిస్తే చింతపండు చట్నీ రెడీ.(మొలకెత్తిన ఏ గింజలతోనైనా ఇలా చాట్ తయారు చేసుకోవచ్చు)

సున్నుండలు

కావలసిన పదార్థాలు :

చాయమినపప్పు	:	1కిలో
బియ్యం	:	చారెడు
బెల్లం	:	1 కిలో
నెయ్యి	:	కావాల్సినంత

తయారుచేయు విధానం :

మినపప్పుని ఎర్రగా వేపాలి. బియ్యం, పప్పు కలిపి మెత్తగా పిండి ఆడించాలి. బెల్లం చితక్కొట్టి పిండి వేసి గుచ్చెత్తించాలి. పీటమీద బెల్లం కలిపిన పిండిని అప్పడాల కర్రతో మెత్తగానలుపుకోవాలి. నెయ్యి బాగా కాచి పిండి మధ్యలో వేసి కలుపుతూ వేడి వేడి మీదే వుండలు చుట్టాలి. నీరు అస్సలు తగలకూడదు.

మిక్స్‌చర్ భేల్

కావలసిన పదార్థములు:

మరమరాలు	:	200గ్రాములు
సన్నగా తరిగినఉల్లిపాయలు	:	150 గ్రాములు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	2 టీ స్పూనులు

స్వీట్‌చట్నీలు	:	1కప్పు
ఉప్పు	:	తగినంత
సేవ్	:	కొద్దిగా (అంకరణకు)

తయారుచేయు విధానం:

పైన చెప్పుకున్న సామాగ్రినంతటిని కలుపుకోవాలి. సేవ్, కొత్తిమీరపై నుంచి చల్లాలి. యమర్జెంటుగా భేల్ చేసుకునేవారికి ఇది తగిన పద్ధతి.

రాగి తీపి దోసెలు

కావలసిన పదార్థములు:

రాగిపిండి	:	250 గ్రామలు
బెల్లం	:	150 గ్రాములు
కొబ్బరి	:	చిన్నముక్క
వేరు శనగపప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	1చెంచా

తయారుచేయు విధానం:

ఒక గ్లాసు నీటిలో బెల్లం కరిగించాలి. దంపిన వేరుసెనగ పప్పు తురిమిన కొబ్బరిని కలిపి ఉంచుకోవాలి. కరిగిన బెల్లంలో రాగిపిండి వేసి దోసెలపిండిలాగా కలపాలి. పెనం కాలిన తరువాత దోసె పోసి నూనె వేసి కాలనివ్వాలి. రెండవవైపు కాలిన తరువాత మధ్యలో ఒక స్పూను తురిమిన కొబ్బరి, వేరుశనగపప్పు ఉంచి మడతపెట్టాలి. వేడిగా తింటే చాలా రుచిగా ఉంటుంది.

కొబ్బరిపాలతో పన్నీర్ కుర్మా

కావలసినపదార్థములు:

టమాటా	:	250 గ్రాములు
పనీర్	:	200 గ్రాములు
ఉల్లిగడ్డ	:	100 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	15 గ్రాములు
అల్లం,వెల్లుల్లి	:	10 గ్రాములు

కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
జీలకర్రపొడి	:	1 చెంచా
కొబ్బరిపాలు	:	50 గ్రాములు
గరంమసాలా	:	చెంచా
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
మిరియాలపొడి	:	1చెంచా
ఆవనూనె	:	ఒక గరిటె 1 టీ స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

పాన్‌లో నూనెవేడిచేసి అరచెంచా ఆవాలు వేసి వేగిన తరువాత అల్లం,వెల్లుల్లి, ముక్కలు కూడా వేసుకోవాలి.తరిగిన ఉల్లిముక్కలు, పచ్చిమిరపకాయలు వేసి ఎర్రగా వేగిన తరువాత కరివేపాకు వేసుకోవాలి. టమాటా ముక్కలువేసి ఐదు నిమిషాలు ఉడకనివ్వాలి. ఇప్పుడు పనీర్ ముక్కలు కూడా వేసి రెండునిమిషాలు ఉడికిన తరువాత కొబ్బరిపాలు పొయ్యాలి.మరికొద్దిసేపు ఉడికాక గరంమసాలా, మిరియాలపొడి, జీలకర్రపొడి వేసుకోవాలి. ఐదునిమిషాలు స్టౌమీద ఉంచి దించాలి. పైన పచ్చికొబ్బరికోరు, కరివేపాకుతో అలంకరించి అందరికీ వడ్డించాలి.

పెరుగు పాపడి

కావలసిన పదార్థములు:

ఉడికించిన ఆలుగడ్డ	:	2
బూందీ	:	5 గ్రాములు
చాట్‌మసాలా	:	కొద్దిగా
తియ్యటి పెరుగు	:	60 గ్రాములు
గోధుమపిండి	:	50 గ్రాములు
నూనె	:	తగినంత (1టీస్పూను)
గ్రీన్ చట్నీ	:	కొద్దిగా
చింతపండుచట్నీ	:	కొద్దిగా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

గోధుమపిండి కలుపుకుని చిన్న చిన్న పూరీల్లాచేసి నూనెలో వేయించుకోవాలి. ఈ పూరీలను ఒక ప్లేటులోకి తీసుకుని వీటిపై పెరుగు వేసుకోవాలి. గ్రీన్‌చట్నీ, పుదీనాచట్నీ పైన వేసి సన్నటి బూందీని కూడాచల్లాలి. ఉడికించిన చితిపిన ఆలుగడ్డ కూడా వేసి, పైన చాట్ మసాలా చల్లాలి. నిమ్మరసం చల్లిపైన కొత్తిమీర ఆకులతో అలకరించి సర్వ్ చెయ్యండి.

డ్రై ఫ్రూట్ లడ్డు

కావలసిన పదార్థములు:

బాదంపప్పు	:	250 గ్రాములు
జీడిపప్పు	:	300 గ్రాములు
అంజూర్	:	250 గ్రాములు
తెల్ల నువ్వులు	:	100 గ్రాములు
సీడ్‌లెస్ ఖర్జూర	:	300 గ్రాములు
గసగసాలు	:	100 గ్రాములు పిస్తా :250 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం :

డ్రైఫ్రూట్స్ అన్నీ సన్నగా తరిగి నేతిలోవేయించాలి. చక్కెర పాకం పట్టి డ్రైఫ్రూట్స్ అన్నీ పోసి ఒక గంటసేపు ఉడికించాలి. తర్వాత కావలసిన సైజులలో లడ్డులు కట్టుకోవాలి.

మహారాణి చికెన్

కావలసిన పదార్థములు:

కోడి	-	పావుకిలో
టమాటా గుజ్జు	-	100 గ్రాములు
తాజాక్రీము	-	100 గ్రాములు
అల్లం ముక్కలు	-	1/2 కప్పు
వెన్న	-	25 గ్రాములు
పెరుగు	-	2 స్పూన్లు

ఎర్రరంగు	-	కొద్దిగా
గరం మసాలా	-	1 స్పూను
పసుపు	-	చిలికెడు
ఉప్పు	-	రుచికి సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా కోడిని శుభ్రం చేయవలెను అల్లం, వెల్లుల్లిని ముద్దగా నూరాలి. పెరుగులో అల్లం, ఎర్రరంగు పసుపు, మసాలా పొడిని బాగా పట్టించి చికెన్‌ని 2 గంటలు నాననివ్వాలి. ఊరిన కోడిని నిప్పులపై అన్నివైపులా బాగా కాల్చండి కాల్చిన కోడిని ఎముకలన్ని తీసేయ్యాలి బాణలిలో వెన్న వేసి పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, కొత్తిమీర, టమాటా గుజ్జు, ఉప్పు వేసి బాగా మగ్గపెట్టాలి. ఎముకలు తీసిన కోడిపై క్రీమ్ చల్లి ఈ రోస్ట్ కోడికి పూసి సన్నని సెగపై చిక్కగా ఉండేలా వేపాలి.

క్రిస్ప్ ఫ్రైడ్ తంగ్డీ కబాబ్

కావలసినపదార్థములు:

చికెన్ లెగ్స్	:	ఆరు
పెరుగు	:	1కప్పు
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	25గ్రాములు
గరంమసాలా	:	చిటికెడు
మైదా	:	25గ్రాములు
ఛాట్‌మసాలా	:	చిటికెడు
నిమ్మకాయ	:	ఒకటి
రెడ్ ఆరెంజ్ కలర్	:	చిటికెడు
అల్లంవెల్లుల్లి	:	1 టీ స్పూను పేస్ట్
మిరియాలపొడి	:	అర టీ స్పూను
పుదీనా	:	సగం కట్ట
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
కారం	:	అర టీ స్పూను
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	వేయించడానికి సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

చికెన్‌లెగ్స్‌ను శుభ్రం చేసుకోండి. వీటికి అక్కడక్కడా చాకుతో గాట్లు పెట్టండి. తదుపరి వీటికి ఉప్పు, నిమ్మరసం పట్టించి పావు గంటసేపు నానపెట్టండి. పుదీనా ఆకునుదంచి రసం ప్రక్కన ఉంచండి. పెరుగును ఓ సన్నటి వస్త్రంలో ఉంచి మూటగట్టి వేలాడదీయండి. నీరు బయటకుపోయి పెరుగు ముద్ద మిగులుతుంది. ఇందులో పుదీనారసం, అల్లం,వెల్లుల్లి, కారం, గరంమసాలా, ఛాట్‌మసాలా, రెడ్ ఆరెంజ్ కలర్ కలపండి. ఈ మిశ్రమాన్ని చికెన్‌లెగ్స్‌కు పట్టించి అరగంటసేపు ఉంచండి. కార్న్‌ఫ్లోర్‌లో మైదా, చిటికెడు ఉప్పు, మిరియాలపొడి కలపండి. ఈ మిశ్రమంలో తగినన్ని నీళ్లుపోసి జారుడు పిండిలా కలపండి. బాణలిలో నూనె పోసి వేడిచేయండి. పిదప చికెన్‌లెగ్స్‌ను కార్న్‌ఫ్లోర్ మిశ్రమంలో ముంచి కొద్ది నూనెలో కాల్చండి.

శనగలతో టమాటా శాండివిచ్

కావలసినపదార్థములు:

శనగలు	:	2 కప్పులు
మునగకాడలు	:	5
టమాటాలు	:	6
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
బ్రెడ్‌స్లైస్	:	24
నెయ్యి	:	1/2 కప్పు
మిర్చి	:	5
ఆవాలు	:	1 చెంచా
జీలకర్ర	:	1 చెంచా
కొబ్బరికోరు	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాలు ముద్దగా నూరుకోవాలి. శనగలు నానినవి ఉడికించి పక్కన బెట్టాలి. బాణాలిలో చెంచా నూనె వేసి మిర్చిఅల్లంముద్ద వేయించి తీసి పక్కన పెట్టాలి. ఉడికించిన మునగ ముక్కలు కూడా ఒక పక్కన పెట్టుకుని, బాణాలిలో నెయ్యి వేసి ఆవాలు, జీలకర్ర వేయించి టమాటా రసం వేసి ఉడికించి పైన ఉడికినవన్నీ కలిపి మొత్తం ఉడికించాలి.

ఇప్పుడు బ్రెడ్ నాలుగు ముక్కలు వేయాలి. (నేతిలో వేయించినవి) ఈ మిశ్రమంలో వేసి కొబ్బరికోరు, కరివేపాకు చల్లాలి. ఈ తరహా శనగలు అయితే టిఫిన్‌గా తినవచ్చు. చపాతీలతో తినవచ్చు.

కాలీఫ్లవర్ కుర్మా

కావలసినపదార్థములు:

బంగాళదుంపలు	:	4
కాలీఫ్లవర్	:	చిన్నది
అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద	:	3 చెంచాలు
కొత్తిమీర తరుగు	:	ఒక కట్ట
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ

గ్రేవీకోసం:

ఉల్లిపాయలు	:	3
టమాటాలు	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	2
గరంమసాలా	:	చెంచాడు
ధనియాలపొడి	:	1 1/2 చెంచా
పసుపు	:	చిటికెడు
కారం	:	చెంచాడు
జీలకర్ర	:	1చెంచాపొడి
నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

బంగాళదుంపల్ని, కాలీఫ్లవర్‌ని పెద్ద ముక్కలుగా తరగాలి. వీటికి అల్లం, వెల్లుల్లిముద్ద, ఉప్పు, కారం, కలిపి అరగంటపాటు ఉంచాలి. పాత్రలో నూనె వేసి ఒవెన్‌లో పెట్టాలి. వేడెక్కిన తరువాత ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేసి బంగారు రంగులోకి వచ్చే వరకు వేయించాలి. గ్రేవీకోసం పెట్టుకున్న వస్తువులన్ని వేసి 5 నిముషాలపాటు అలాగే ఉంచాలి. కాలీఫ్లవర్, బంగాళదుంప ముక్కలు ఈ గ్రేవీలో వేసి కలపాలి. దింపే ముందు కొత్తిమీర వేసి వేడిగా వడ్డించాలి.

కంచీ చీజ్ రోల్స్

రుచికరమైన వంటకం కంచీ ఛీజ్‌రోల్స్, పూర్తి శాఖాహార పదార్థమిది. దీనిని తయారుచేసిన తరువాత వేడిగా, గార్లిక్‌సాస్‌తో కలిపి వడ్డిస్తే మరింత రుచిగా ఉంటుంది.

కావలసిన పదార్థములు:

మైదా	:	100 గ్రాములు
నూనె	:	ఒక టేబుల్‌స్పూన్
బంగాళదుంప	:	ఒకటి ఉడికించినది
పన్నీర్	:	50 గ్రాములు
క్యారెట్	:	ఒకటి
పచ్చిమిర్చి	:	రుచి కోసం
జీడిపప్పు	:	50 గ్రాములు
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్టలో పావు భాగం
అటుకులు	:	20 గ్రాములు
ఉప్పు	:	రుచికోసం
చైనాసాల్టు	:	రుచి కోసం

తయారుచేయు విధానం:

మైదా, నెయ్యి కలిపి చపాతీలు చేసినట్లు చేయాలి. అలా చేసిన తరువాత దానిని నాలుగు భాగాలుగా చేయాలి వాటిని ఒక పక్కన పెట్టుకోవాలి. ఉడకబెట్టిన బంగాళ దుంప, తురిమిన క్యారెట్, జీడిపప్పుముక్కలు, మిర్చి సన్నగా తురిమిన కొత్తిమీరల మిశ్రమానికి తగినంత ఉప్పు, చైనా ఉప్పులను కలపాలి. మొత్తంమిశ్రమాన్ని ముందుగా చేసి పెట్టుకున్న నాలుగు భాగాలలో ఉంచాలి. వాటిని రోల్ చేయాలి. అలా తయారైన రోల్స్‌ను మైదాపిండిలో ముంచి పక్కన ఉంచాలి. దానిపై అటుకులు చల్లి డీప్ ఫ్రై చేయాలి. ఈ మొత్తం చేయడానికి మనకు పట్టే సమయం కేవలం 25 నిమిషాలు మాత్రమే. అంతే మన కోసం కంచీఛీజ్ రోల్స్ రెడీ.

చికెన్ లివర్

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్ లివర్	:	ఒక కిలో
ఎండు మిర్చి	:	ఎనిమిది
జీలకర్ర	:	రెండు స్పూన్లు
వెల్లుల్లి	:	రెండు పాయలు
పసుపు	:	కొద్దిగా
గరం మసాలా	:	రెండు స్పూన్లు
కొబ్బరి చిప్పలు	:	రెండు
టమాటాలు	:	పావు కిలో
ఉడకబెట్టిన గుడ్లు	:	నాలుగు
ఉల్లిపాయలు	:	ఎనిమిది
నెయ్యి	:	50 గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

ఉల్లిపాయలు ముక్కలుగా కోసుకుని నేతిలో ఎర్రగా వేపుకోవాలి. టమాటా ముక్కలు- నూరి వుంచుకున్న మసాలా ముద్ద వేసి వేపాలి. చికెన్ లివరు ముక్కల్ని అందులో వేసి కొంచెం నీళ్ళు పోసి వుడికించాలి.దీనిని ప్లేట్లో పెట్టుకుని పైన గుడ్ల ముక్కలు కోసుకుని పెట్టుకోవాలి. టమాటాలను రోటిలో నూరుకోవాలి. ఒక కళాయిలో వెన్న వేసి కరిగిన తరువాత పొడి కొట్టిన జీడి పప్పును దోరగా వేపుకోవాలి.మంటను తగ్గించి కలుపుతూ టమాటా గుజ్జును అందులో వేసి బాగా కలుపుతూ వుండాలి. అంతకుమందు వేయించి వుంచుకున్న చికెన్ ముక్కలను అందులో వేసి- కాసేపు ఉడికాక-దింపి క్రీమ్-కొత్తిమీర వేయాలి.

మొక్క జొన్న వంటకాలు

మొక్కజొన్న మనకు విరివిగా దొరికే కాలమిది. ఈ మొక్కజొన్నలో ఎన్నో పోషకాలు ఉన్నాయి. వీటిని సాధారణంగా పచ్చివాటిని నిప్పులపై కాల్చి

తినడమో లేదాఉడికించి ఉప్పుచల్లి తినడమో చేస్తుంటారు. కానీ వీటితో ఎన్నో రకాల వంటకాలు రుచిగా తయారుచేయవచ్చు. అవేమిటో చూద్దాం.

పకోడీలు: మొక్కజొన్న పిండిలో సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయముక్కలు పచ్చిమిర్చి పుదీనా, కరివేపాకు, కొద్దిగా జీలకర్ర, ఇష్టమున్నవారు కొద్దిగా అల్లం,వెల్లుల్లి పేస్టులను వేసి మరీ పలుచగా కాకుండా మరీ గట్టిగా కాకుండా పిండి కలుపుకోవాలి. పిండితో పకోడీలను మరిగిన నూనెలో వేసి సన్నని మంటలపై దోరగా వేయించాలి. ఇవి వేడి వేడిగా తింటే ఎంతో రుచిగాఉంటాయి.

గారెలు: మొక్కజొన్న గింజలను నానపెట్టి బాగా నానిన తరువాత రుబ్బి ప్రక్కన పెట్టుకోవాలి. దీనిలో అల్లం, పచ్చిమిర్చి, జీలకర్ర దంచి కలపాలి. తగినంత ఉప్పు వేసి ప్లాస్టిక్ కవర్‌పైగాని, అరిటాకుపైగాని నూనెరాసి, గారెలు వత్తి మరిగిన నూనెలో వేసి సన్నని మంటపై దోరగావేయించాలి.

అప్పడాలు: మొక్కజొన్న పిండిలో కొద్దిగా జీలకర్ర, అల్లం,వెల్లుల్లి, పేస్టు, ఉప్పు,కారం, తగినంత వేసి ఈ మిశ్రమంలో కొద్దిగా చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసి తడిగుడ్డపై తడిచేత్తో ఒత్తి విరగకుండా తీసి నూనెలో వేసి దోరగా వేయించాలి. వీటిపై నువ్వులు కూడా అద్దవచ్చు. ఈ అప్పడాలు చల్లారాక డబ్బాలో పెట్టి ఉంచితే కరకరలాడుతూ కొన్నాళ్ళపాటు నిల్వ ఉంటాయి. పిల్లలు వీటిని ఎంతో ఇష్టంగా తింటారు.

చపాతీ: మొక్కజొన్న పిండిలో తగినంత ఉప్పు వేసి చపాతీ పిండిగా కలుపుకుని ఉండలు చేసి పొడిపిండితోగాని, నూనెతోగాని అద్ది, అప్పడాల కర్రతో తేలికగా వత్తి చపాతీ కాల్చినట్టుగా నూనె వేసి పెనంపై కాల్చుకోవాలి. ఈ పిండిలో కావాలంటే జీలకర్ర, మసాలా వంటివి కూడా కలుపుకోవచ్చు. అలాగే ఆకుకూరలు, ఉల్లిపాయలు వంటివి సన్నగా తరిగి కలిపి పెనంపై కాలిస్తే ఎంతో రుచిగా ఉంటాయి.

పేలాలు: పేలాలు సాధారణంగా బయట రెడీమేడ్‌గా దొరుకుతాయి. కానీ ఈ పేలాలను (పాప్‌కార్న్) మనం ఇంట్లో కూడా తయారుచేసుకోవచ్చు. మొక్కజొన్నగింజలలో కొద్దిగా పసుపు, వంటసోడా, ఉప్పులను కలిపి, వీటిని కుక్కర్‌లో గింజలు తడిసేలా రిఫైండ్ ఆయిల్ వేసి కుక్కర్‌మూతపెట్టి, సన్నని మంటపై పదినిముషాలు ఉంచాలి. నూనెవేడెక్కాక గింజలు పేలాలుగా మారతాయి. ఇలా మొక్కజొన్నతో ఎన్నో రకాల వంటకాలు చేసుకోవచ్చు.

బూరెలు

కావలసిన పదార్థములు:

జొన్నపిండి	:	200 గ్రాములు
బెల్లం	:	200 గ్రాములు
పచ్చికొబ్బరి	:	కొంచెం
యాలకలు	:	2

తయారుచేయు విధానం:

జొన్న పిండిని జల్లించుకోవాలి. పచ్చికొబ్బరిని తురిమి ఉంచాలి. బెల్లంలో కొద్దిగా నీరుపోసి తీగపాకం పట్టాలి. దీనికి జొన్నపిండి, యాలకులపొడి, కొబ్బరివేసి ముద్దగా అయ్యేవరకూకలపాలి. దీనిని చిన్న ఉండలుగా చేసి, ఆకుమీద పలుచగా చేతితో నొక్కి కాగిన నూనెలో వేయించాలి.

బ్రెడ్‌చాట్

బ్రెడ్‌తో తీపి వంటకాల్నే కాకుండా కారం పదార్థాలను కూడా తయారుచేయవచ్చు. అవి వెరైటీగా ఎంతో రుచిగా ఉంటాయి.

కావాల్సిన పదార్థములు:

10 బ్రెడ్‌స్లైసులు (చిన్న చిన్న ముక్కలుగాకట్ చేసుకోవాలి) రెండుస్పూనులు చాట్‌మసాలా, ఒక నిమ్మకాయరసం, రెండుస్పూన్లు పుదీనా పచ్చడి, మూడు స్పూన్లు పెరుగు, 30 గ్రాముల గింజలు తీసిన ఖర్జూరం, ఒక చిన్న ఉల్లిపాయ, కొత్తిమీర (సన్నగా తరగాలి.) పుదీనా ఆకులు, తగినంత ఉప్పు, అరచెక్క దానిమ్మకాయ, అలంకరణకు సేవీ, 1స్పూన్‌నూన్.

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బంగారు రంగులోకి వచ్చేటంతవరకు బ్రెడ్‌ను వేయించుకోవాలి. చాట్‌మసాలా, నిమ్మరసం, పుదీనాచట్నీ, పెరుగు, ఖర్జూరముక్కలు, ఉల్లిపాయలు, ఉప్పు కలపాలి. ఈ మిశ్రమంలో బ్రెడ్‌ముక్కలు వేసి బాగా కలియపెట్టాలి. కొత్తిమీర, పుదీనా ఆకులు, దానిమ్మగింజలు, సేవీ పైన జల్లాలి. వెంటనే వడ్డించాలి. ఇది నలుగురికి చక్కగా సరిపోతుంది.

పుదీనా చట్నీ:

ఒక కప్పు పుదీనా ఆకులు తీసుకుని చిన్న అల్లంముక్క, రెండు వెల్లుల్లి రేకలు, ఒక పచ్చిమిరపఆకులు వేసి గ్రైండ్ చేయాలి. నీరు కలపకూడదు. రుచికోసం అవసరం అయిన మేరకు ఉప్పు కలుపుకోవాలి.

క్యారెట్ పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థాలు:

క్యారెట్లు	:	2
పెరుగు	:	తగినంత
ఉప్పు, పోపుదినుసులు	:	తగినన్ని
పచ్చిమిర్చి	:	తగినన్ని
పసుపు	:	చిటికెడు
వేయించేందుకు నూనె	:	కాస్తంత

తయారుచేయు విధానం :

క్యారెట్లు కడిగి తోలు తీసేసి తురిమి పెరుగులో వేసి బాగా కలపాలి. ఉప్పు, పసుపు వేసి పోపు ఎర్రగా వేయించి ఇందులో కలపాలి. పచ్చిమిర్చి సన్నగా తరిగి కలపాలి. కళ్ళకు మంచిది. రుచిలో మజాగానూ వుంటుంది.

దహీ కబాబ్

కావలసిన పదార్థములు:

పెరుగు	:	500గ్రాములు
శనగపిండి	:	125 గ్రాములు
కారం	:	అర టీస్పూన్
ఛాట్‌మసాలా	:	అర టీస్పూన్
గరంమసాలా	:	పావు టీ స్పూన్
జాపత్రి	:	చిటికెడు
ఉల్లిపాయలు	:	50 గ్రాములు
పసుపు	:	చిటికెడు

ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	వేయించడానికి సరిపడ

గ్రేవీకోసం:

ఉల్లిపాయలు	:	150 గ్రాములు
గరంమసాలా	:	2 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	అయిదు
అల్లంవెల్లుల్లి	:	అర టీస్పూన్
కారం	:	అర టీస్పూన్
గసగసాలు	:	2 టీస్పూన్లు
కొబ్బరికోరు	:	20 గ్రాములు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	50గ్రాములు
ఉప్పు	:	కొద్దిగా
పెరుగు	:	ఒక కప్పు

తయారుచేయు విధానం:

గట్టి పెరుగును ఓ సన్నని వస్త్రంలో మూటలా కట్టి నీరు ఇంకిపోయేలా చేయండి. గంటసేపు అయిన తరువాత పెరుగు ముద్దను ఓ పళ్ళెంలోకి మార్చండి. ఉల్లిపాయల్ని ఉడకబెట్టి మెత్తగా గ్రైండ్ చేసి నూనెలో ఫ్రై చేయండి. నూనె పైకి తేలేటప్పుడు అల్లం వెల్లుల్లి, కారం,ముద్దగా నూరిన గసగసాలు, కొబ్బరి,పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి మరికొద్దిసేపు ఫ్రై చేయండి. ఇందులో ఉప్పు, పెరుగు వేసి కలయబెడితే గ్రేవీ తయారవుతుంది. సెనగపిండిని బాణలిలో వేసి సన్నని మంటమీద దోరగా వేయించి – కారం, గరంమసాలా, ఛాట్‌మసాలా, ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పసుపు, ఉప్పు, కొత్తిమీర వేసి కలపండి. ఈ మిశ్రమంలో వడగట్టిన పెరుగును కలిపి ముద్దలా చేయండి.

సెగనపిండి– పెరుగు ముద్దను చిన్న చిన్న కట్‌లెట్స్‌లా చేసి వేడినూనెలో ఎర్రగా వేయించండి. వీటిని ముందుగా సిద్ధం చేసుకున్న గ్రేవీలో వేసి స్టవ్ మీద వేడి చేయండి. దహీ కబాబ్ రెడీ!

నూడిల్స్ -65

కావలసిన పదార్థములు:

నూడిల్స్	:	250 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	20 గ్రాములు
పెరుగు	:	100 గ్రాములు
మిర్చిపొడి	:	చిటికెడు
టేస్టింగ్ పౌడర్	:	చిటికెడు
రెడ్‌కలర్	:	కొన్ని చుక్కలు
ఉప్పు	:	తగినంత
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	30 గ్రాములు
అల్లం,వెల్లుల్లిపేస్ట్	:	2 టీ స్పూన్లు
ధనియాలపొడి	:	చిటికెడు
కరివేపాకు	:	1 కట్ట
వెల్లుల్లి	:	6 పాయలు

తయారుచేయు విధానం:

నూడిల్స్‌ను కొద్దిసేపు నీళ్ళలో ఉడికించి నీరు వడగట్టాలి. వెంటనే వాటికి కొద్దిగా ఆయిల్ కలిపి ఫ్యాన్‌కింద చల్లార్చాలి. ఆ విధంగా చేయడం వలన నూడిల్స్ ఒకదానికొకటి అతుక్కునే అవకాశం ఉండదు.

కడాయిలో నూనెవేడి అల్లం,వెల్లుల్లి పేస్ట్, సన్నగా నిలువుగా తరిగిన మిర్చి, వెల్లుల్లి, కరివేపాకులను వరుసగా వేసి వేయించాలి. పెరుగువేసి కొద్దిగా ఉడుకుతున్నప్పుడు మిర్చిపొడి, ధనియాలపొడి, టేస్టింగ్‌పౌడర్, రెడ్‌కలర్, ఉప్పు కలపాలి. తరువాత నూడిల్స్ వేయాలి. మసాలా పూర్తిగా నూడిల్స్‌కి పట్టేలా వేయించాలి.

ఫ్రైడ్ చికెన్‌లెగ్స్

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్‌లెగ్స్	:	ఒకప్పు
పెరుగు	:	ఒక కప్పు

అల్లం,వెల్లుల్లిముద్ద	:	కొద్దిగా
కారం	:	కొద్దిగా
గుడ్లు	:	కోటింగ్‌కు సరిపడా
మిరియాలపొడి	:	ఒక స్పూను
నూనె	:	వేగించడానికి సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

మీగడని వాడక్కర్లేదు, పెరుగుకూడా మీగడ తీసేసిన పాలతో చేసనది వాడాలి. అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద, మిరియాలపొడి, కారం సాధారణ పద్ధతిలో చేసినప్పుడే వాడే అంత వాడాలి. నూనె అక్కర్లేదు. పైన చెప్పిన మసాలాల్లో నానపెట్టిన వాటిని కొద్దిసేపు ఉడికించి ఆ తరువాత గుడ్డతెల్లసొన పూసి, బ్రెడ్‌పొడిలో దొర్లించి ఒవెన్‌లో 200 డిగ్రీల సెంట్రీగ్రేడ్ వద్ద 25 నిమిషాలు బేక్ చేయాలి.

కొత్త పద్ధతి వల్ల లాభాలు:

ఇలా చేయడం వల్ల కాలరీల సంఖ్య సగానికి పడిపోతుంది.

మెత్తటి మాంసానికి పైన కాస్త కరకరలాడే కోటింగ్‌తో ఉండి రుచిగా ఉంటాయి.

నష్టాలు

నూనెలో వేగించినవి ఉన్నంత ఎర్రగా ఉండవు.

చేసిన తరువాత చాలాసేపు తినకుండా అట్టిపెడితే సాగుతాయి.

తీపి తాలికలు

కావలసిన పదార్థములు:

జొన్నపిండి	:	200 గ్రాములు
గోధుమపిండి	:	50 గ్రాములు
బెల్లం	:	200 గ్రాములు
పాలు	:	అరలీటరు
యాలకులు	:	4

తయారుచేయు విధానం:

జొన్నపిండిని, గోధుమపిండిని గోరువెచ్చని నీటిలో కలిపి ముద్దగా చేసుకోవాలి. 10 నిమషాలపాటు ఈ ముద్దను ఆవిరిమీద ఉడికించి, తరిగిన బెల్లంలో కొద్దిగా

నీళ్ళు కలిపి కరిగేంత వరకు పొయ్యిమీద ఉంచి దించాలి. పాలు కాగుతున్నప్పుడు మురుకుల గొట్టంలో పెట్టి తాళికల ఆకారంలో వత్తాలి. ఈ తాళికలు పాలలో ఉడికిన తరువాత దించి, చల్లార్చి, బెల్లంపాకంతో కలపాలి. దీనికి యాలకుల పొడిని చేర్చితే తీపి, తాళికలు రెడీ!

కావలసిన పదార్థములు:

జొన్నపిండి	:	200 గ్రాములు
బెల్లం	:	200 గ్రాములు
పచ్చికొబ్బరి	:	కొంచెం
యాలకలు	:	2

తయారుచేయు విధానం:

జొన్న పిండిని జల్లించుకోవాలి. పచ్చికొబ్బరిని తురిమి ఉంచాలి. బెల్లంలో కొద్దిగా నీరుపోసి తీగపాకం పట్టాలి. దీనికి జొన్నపిండి, యాలకులపొడి, కొబ్బరివేసి ముద్దగా అయ్యేవరకూకలపాలి. దీనిని చిన్న ఉండలుగా చేసి, ఆకుమీద పలుచగా చేతితో నొక్కి కాగిన నూనెలో వేయించాలి.

ఆనియన్ టమాటా రైతా

కావలసినపదార్థములు:

పెరుగు	:	2కప్పులు
టమాటాముక్కలు	:	1 కప్పు
ఉల్లిపాయముక్కలు	:	1/2కప్పు
పచ్చిమిర్చిముక్కలు	:	1 కప్పు
ఎండుకారం	:	1 1/4 స్పూను
గసగసాలపొడి	:	1/2 టీస్పూను
కొత్తిమీర	:	2 టేబుల్‌స్పూన్లు (సన్నగా తరిగిన)
ఉప్పు	:	తగినంత
మిరియాలపొడి	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా పెరుగు బాగా చిలికి అందులో టమాటా ముక్కలు, ఉల్లిపాయముక్కలు, పచ్చిమిరపకాయలు, ఎండుకారం, గసగసాలపొడి, కొత్తిమీర, ఉప్పు, మిరియాలపొడి, వేసి బాగా కలపాలి. చల్లగా సర్వ్ చేయాలి.

ఆలూగోబీ

కావలసినపదార్థములు:

కాలీఫ్లవర్	:	కిలో(చిన్నముక్కలుగా తరగాలి)
బంగాళదుంపలు	:	150 గ్రాములు
పసుపు	:	చిటికెడు
నూనె	:	50 మి.లీ
గరంమసాలా	:	2 టీస్పూన్లు
అల్లంముద్ద	:	మూడు టీ స్పూన్లు
ఉల్లిముద్ద	:	ఒక కప్పు
కారం	:	రెండు టీస్పూన్లు
జీలకర్రపొడి	:	రెండు టీస్పూన్లు
పంచదార	:	టీస్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	నాలుగు

తయారుచేయు విధానం:

బంగాళదుంపలు, కాలీఫ్లవర్ ముక్కల్ని పసుపు వేసి కడగాలి. ప్రెషర్‌పాన్‌లో నూనె వేసి, కాగాక కూరగాయ ముక్కలు వేసి కాస్త రంగు మారే వరకూ వేయించాలి. వాటిని తీసి పక్కన ఉంచాలి.అదేనూనెలో కాస్త కరివేపాకు, గరంమసాలా వేసి మంచి వాసన వచ్చే వరకూ వేయించి అల్లం, ఉల్లిముద్దలు కూడా వేయాలి. తరువాత జీలకర్రపొడి, కారం,పసుపువేసి కొద్దిగా నీళ్ళు చిలకరించి మగ్గనివ్వాలి. పంచదార కూడా వేశాక విడిగా ఉంచిన కూరగాయ ముక్కలు, ఉప్పు, అరకప్పు, నీళ్ల వేసి సన్నని సెగమీద ఉడికించాలి.దించే ముందు పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి దించాలి. ఇష్టమైతే మూడుస్పూన్ల నిమ్మరసం కూడా కలుపుకోవచ్చు.

తీపి తాలికలు

కావలసిన పదార్థములు:

జొన్నపిండి	:	200 గ్రాములు
గోధుమపిండి	:	50 గ్రాములు
బెల్లం	:	200 గ్రాములు
పాలు	:	అరలీటరు
యాలకులు	:	4

తయారుచేయు విధానం:

జొన్నపిండిని, గోధుమపిండిని గోరువెచ్చని నీటిలో కలిపి ముద్దగా చేసుకోవాలి. 10 నిమషాలపాటు ఈ ముద్దను ఆవిరిమీద ఉడికించి, తరిగిన బెల్లంలో కొద్దిగా నీళ్ళు కలిపి కరిగేంత వరకు పొయ్యిమీద ఉంచి దించాలి. పాలు కాగుతున్నప్పుడు మురుకుల గొట్టంలో పెట్టి తాళికల ఆకారంలో వత్తాలి. ఈ తాళికలు పాలలో ఉడికిన తరువాత దించి, చల్లార్చి, బెల్లంపాకంతో కలపాలి. దీనికి యాలకుల పొడిని చేర్చితే తీపి, తాళికలు రెడీ!

రాగితో తీపి బిస్కెట్లు

కావలసినపదార్థములు:

రాగిపిండి	:	250 గ్రాములు
చక్కెర	:	150 గ్రాములు
నూనె	:	30 గ్రాములు
బేకింగ్‌పౌడర్	:	1 టీ స్పూను
సెనగపిండి	:	60 గ్రాములు
ఎసెన్స్	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

సెనగపిండిని కొద్దిగా వేయించాలి. రాగిపిండి, బేకింగ్‌పౌడరు కలిపి రెండు మూడు సార్లుజల్లించుకోవాలి. పిండిలో నూనె మెత్తగా కలపాలి. దీనికి పొడిచేసిన చక్కెర వేసి బాగా కలపాలి. దీనిలో ఎసెన్స్ వేసి పిండిని ముద్దలుగా కలపాలి. ఈ ముద్దను 1/8 అంగుళం మందంగా కర్రతో రుద్ది బిస్కెట్ కట్టరుతో కోసి 350 డిగ్రీల ఫారన్‌హీట్ ఉష్ణోగ్రతలో పది నిముషాలు బేక్ చెయ్యాలి.

టమాటా స్టఫింగ్స్

కావలసిన పదార్థములు:

ఆలూ	:	ఒకకిలో
టమాటా	:	ఒక కిలో (బెంగుళూరు)
పనీర్	:	200 గ్రాములు
శనగపిండి	:	అరకిలో
బియ్యపుపిండి	:	పెద్ద స్పూన్
బేకింగ్ పౌడర్	:	ఒక స్పూన్
గరంమసాలా	:	1 స్పూన్
కారం	:	తగినంత
ఉప్పు	:	తగినంత
కొత్తిమీర	:	రెండు కట్టలు
పొదీనా	:	ఒక కట్ట

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాల లోపలి గుజ్జు తీసి వేయాలి. చాకుతో గానీ, పీలర్‌తోగానీ, పనీర్ తురుముకోవాలి. కొంచెం ఉప్పు,కారం, గరమ్‌మసాలా, కొత్తిమీర, పొదీనావేసి కలిపి దీనిని టమాటాలలో కూరాలి. ఆలూ ఉడికించి మెత్తగా చిదిమి దానిలో ఉప్పు కలిపి టమాటాలచుట్టూ ఉంచాలి. అన్నీ అలా చేసిపెట్టుకోవాలి. శనగపిండిలో ఉప్పు,కారం, బేకింగ్‌పౌడర్ వేసి బజ్జీల పిండిలా కలుపుకోవాలి. స్టఫ్డ్ టమాటాలను శనగపిండిలో ముంచి నూనెలో వేసి వేయించాలి. సన్నని మంటమీద ఉడకనివ్వాలి. బాగా వేగినాక మధ్యకు కోసి వడ్డించాలి. పిల్లలకు చూడగానే నచ్చే టిఫిన్ మరియు ప్రొటీన్ ఫుడ్ కూడా.

ఎగ్ ఉప్మా

కావలసిన పదార్థములు:

ఉడికించిన గుడ్లు	:	నాలుగు
బొంబాయిరవ్వ	:	పావు కేజీ

(గోధుమరవ్వ కూడా వాడవచ్చు)

ఆవాలు	:	అయిదు గ్రాములు
జీలకర్ర	:	5 గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా
కరివేపాకు	:	వాసన కోసం
నెయ్యి	:	100 గ్రాములు
ఉల్లిపాయ	:	ఒకటి
పాలు	:	నవటాకు
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
కొత్తిమీర	:	సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

బాణలిలో బొంబాయిరవ్వ వేయించాలి. (నూనె అవసరంలేదు)ఒక పాత్రలో యాభై గ్రాములు నెయ్యివేసి, జీలకర్ర, ఆవాలు, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి వేసి తిప్పుతూ వుండాలి. యివన్నీ బాగా వేగిన తరువాత కరివేపాకు దూసి వేయాలి. చాలా మంది యీ సమయంలో నీళ్ళు పోస్తారు అయితే ఇక్కడ పాలు పోయాలి. మరుగుతూ పెళపెళలాడుతూ ఉండగా గుడ్లను ముక్కలుగా కోసి అందులో వేయాలి. కొంచెం సేపు మరిగిన తరువాత బొంబాయి రవ్వ వేస్తే కలుపుతూ వుండాలి. బాగా మగ్గిన తరువాత కొత్తిమీర వేసి దింపేస్తే బహ్మాండంగా వుంటుంది.

బెంగాలీ స్వీట్

కావలసిన పదార్థాలు :

పంచదార	:	200 గ్రా
పెసరపప్పు	:	పావుకిలో
పాలు	:	పావులీటర్
కోవా	:	అరకప్పు
మిఠాయిరంగు	:	కొద్దిగా
జీడిపప్పు	:	10
కిస్మిస్	:	10

బాదంపప్పు	:	10
ఏలకులు	:	5
నెయ్యి	:	100 గ్రా
కుంకుమపువ్వు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం :

బాదంపప్పు నానబెట్టి తొక్కలు తీసి చీరాలి. జీడిపప్పు, కిస్మిస్ నేతిలో వేయించాలి. పాలు, ఎర్రగా కాయాలి. కోవా సిద్ధం చేసుకుని వుంచాలి. పెసరపప్పు రుబ్బాలి. గిన్నెలో నెయ్యి వేసి కాయాలి. రుబ్బి ఉంచిన పెసరపప్పు పిండిని వెయ్యాలి. పాలు, పంచదార వేసి బాగా కలపాలి. అవి బాగా ఉడికాక కోవా వేసి బాగా కలిపి జీడిపప్పు, ఏలకులు, కిస్మిస్, మిఠాయిరంగు, కుంకుమపువ్వు వేసి బాగా కలపాలి. పళ్ళెంలో యీ స్వీట్ వేసి బాదంపలుకులు వేసి ముక్కలు కొయ్యాలి.

గోరుచిక్కుడు సబ్జి

కావలసినపదార్థములు:

గోరుచిక్కుడు ముక్కలు	:	2 కప్పులు
తాజా పెరుగు	:	కప్పు (గిలకొట్టాలి)
ధనియాలపొడి	:	టేబుల్ స్పూను
కారం	:	2 టీ స్పూన్లు
సెగనపిండి	:	2 టీ స్పూన్లు
జీలకర్ర	:	టీ స్పూను
ఆవాలు	:	అర టీ స్పూను
ఇంగువ	:	పావు టీస్పూను
కరివేపాకు	:	2 రెమ్మలు
నూనె	:	1 టేబుల్స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

గోరుచిక్కుడు కాయలకు ఈనెలు తీసి చిన్న ముక్కలుగా కోయాలి. ముక్కల్ని కుక్కర్లో రెండు విజిల్స్ వచ్చే వరకూ ఉడికించి నీళ్లువంపేయాలి. ఓ గిన్నెలో గిలకొట్టిన పెరుగు వేసి అందులో దనియాలపొడి, కారం, సెగన పిండి,ఉప్పు వేసి

బాగా కలపాలి. పాన్‌లో నూనె వేసి కాగాక జీలకర్ర, ఆవాలు,ఇంగువ వేసి అవి చిటపటమన్నాక కరివేపాకు వేయాలి. తరువాత పెరుగు మిశ్రమం, పావు కప్పు నీళ్లుపోసి బాగా కలుపుతూ ఐదునిమిషాలు మరిగించాలి. చివరగా ఉడికించిన గోరుచిక్కుడు ముక్కలు కూడా వేసి మూడు నిమిషాలు ఉంచి దించేయాలి. దీన్ని వేడి వేడి రోటీల్లో తింటే బావుటుంది.

మైదా హల్వా

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదా	:	అరకిలో
పంచదార	:	అరకిలో
డాల్డా	:	2 కప్పులు
జీడిపప్పు	:	20
కిస్మిస్	:	10

తయారుచేయు విధానం :

మైదాను పూరీ పిండిలా చేసి నానబెట్టాలి. మైదాలో కొంచెం నీరు పోసి గట్టిగా పిసికితే పాలు వస్తాయి. పాలు తీసి కొద్దిసేపు వుంచితేనీరు తేలుతుంది. నీరంతా తీసేస్తే చిక్కటి పాలు మిగులుతాయి. పంచదార పాకం పట్టి మైదాపాలు పోస్తూ వుండకట్టకుండా కలపాలి.బాగా గట్టిపడ్డాక డాల్డా వేసి వేయించిన కిస్మిస్, జీడిపప్పు వేసి ఒక పళ్ళానికి కొంచెం నెయ్యి రాసి హల్వానిముక్కలుగా కొయ్యాలి.

సూప్

కావలసిన పదార్థములు:

మూడు కప్పులకు సరిపడా ఆకుకూరలు, రెండు కప్పుల గుమ్మడి ముక్కలు, కప్పునచ్చిన కూరగాయ ముక్కలు, అరకప్పు బంగాళదుంప తురుగు, అరకప్పు పచ్చిబఠాణి, తోటకూర కాడలు, సన్నగా తరిగిన అల్లం కావలసిననంత.

తయారుచేయు విధానం:

పై వస్తువులన్నీ తగినన్ని నీళ్ళు పోసి కుక్కర్‌లో ఉడికించాలి. ఉడికిన కూరగాయలన్నింటిని మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చేయాలి. మళ్ళీ ఈ మిశ్రమాన్ని సన్నని

మంటపై వేడి చేయాలి. కొంచెం ఉడికించిన తరువాత ఉప్పు, మిరియాలపొడి చల్లాలి.

పప్పు: తగినన్ని టమాటాలు, పచ్చిమిర్చి, అల్లం, సిద్ధం చేసుకోవాలి. కప్పుడు కందిపప్పుతోపాటు ఈ ముక్కలన్నీ, కుక్కర్‌లో ఉడికించాలి. దింపిన తరువాత తగినంత ఉప్పు వేసి వేడి వేడిగా వడ్డించాలి. చపాతీలు, పూరీల్లో, కూరలు చేసుకునే వారు ఇలా ప్రయత్నించండి. ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి, టమాటాలు, అల్లం, మీకు ఇష్టమైన సుగంధద్రవ్యాలు తగినన్ని తీసుకుని వాటిని ముద్దలా చేసుకోవాలి. తగినంత ఉప్పు వేసి ఉడికించిన శనగలకు ఈ మిశ్రమాన్ని కలపాలి. తరువాత సన్నని మంటపై ఐదు నిముషాల పాటు ఉడికించాలి. జీలకర్ర, నూనె లేకుండా వేయించి పొడిచేసి పెట్టుకోండి. కూరగాయల్లో రుచి కోసం వేసుకోవచ్చు. కావలసిన మసాలా దినుసులు బాణలిలో వేసి తరిగిన టమాటా, ఉల్లిముక్కలు వేసి తగినన్ని నీళ్లు పోయండి. కొంచెం ఉడికిన తరువాత మీకిష్టమైన కూరగాయ ముక్కలు వేసి నీళ్ళుపోసి ఉడికించండి. చివరగా ఉప్పు వేయాలి. అంతే

చూశారుగా, ఇవన్నీ రోజూ మనం చేసుకునే వంటలే. చుక్క నూనె లేకుండా చేయడం వీటి ప్రత్యేకత. ఒకసారి మీరూ ప్రయత్నించి చూడండి మరి.

కాలీఫ్లవర్‌రైతా

కావలసిన పదార్థాలు :

కాలీఫ్లవర్	:	200 గ్రాములు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	1 (సన్నగా తరిగిన)
పెరుగు	:	ఒకటిన్నర కప్పు
ఉప్పు	:	తగినంత
మిరియాలపొడి	:	కొంచెం
ఇంగువపొడి	:	చిటికెడు
గసగసాలు	:	1/2 టీ స్పూన్
ఎండుకారం	:	1/2 టీ స్పూన్
నూనె	:	1 టేబుల్ స్పూన్

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా పెరుగు బాగా చిలకాలి. కాలీఫ్లవర్‌ని మెత్తగా ఉడకబెట్టాలి. చల్లారిన తరువాత పెరుగులో వేసి కలపాలి. బాణిలిలో నూనె వేసి వేడిచేసి ఇంగువ, గసగసాలు,

ఉప్పు, మిరియాలపొడి, పచ్చిమిరపకాయల ముక్కలు, ఎండుకారం కూడా వేసి కలపాలి. తరువాత పెరుగు, కాలీఫ్లవర్ మిశ్రమం కూడా వేసి 2-3 నిమిషాలు ఉంచి చల్లగా సర్వ్ చేయాలి.

సెనగల మసాలా

కావలసిన పదార్థములు:

సెనగలు	:	2 కప్పులు
బంగాళదుంపలు	:	2
ఉల్లిపాయలు	:	2
టమాటా	:	ఒకటి
నిమ్మకాయ	:	ఒకటి
పచ్చిమిర్చి	:	2
కొత్తిమీర	:	కొద్దిగా
గరంమసాలా	:	టీ స్పూను
తాలింపుకోసం		
ఆవాలు	:	కొద్దిగా
జీలకర్ర	:	కొద్దిగా
ఇంగువ	:	కొద్దిగా
ఉప్పు	:	రుచికి తగినంత
పంచదార	:	టీ స్పూను
కొబ్బరి	:	చిన్నముక్క

తయారుచేయు విధానం:

సెనగలని నానపెట్టాలి. బంగాళదుంప ముక్కల్నీ, సెనగల్నీ కుక్కర్‌లో ఉడికించాలి. దీనికి ఉల్లిపాయ ముక్కలు, టమాటా ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి, కొత్తిమీర, నిమ్మరసం, గరంమసాలా, ఉప్పు వేసి కలపాలి. తాలింపు వేస్తే రుచిగా ఉంటుంది. ఇష్టమైతే కొంచెం కొబ్బరి, పంచదార కలుపుకోండి. ఇదే విధంగా నానపెట్టిన బొబ్బర్లతోనూ, పెసలతోనూ, వేరుసెనగపప్పులతోనూ కూడా సలాడ్స్ చేసుకోవచ్చు.

ఛిల్లీ చికెన్

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్	:	ఒక కేజీ
ఉల్లిపాయ	:	ఒకటి
పచ్చిమిర్చి	:	ఎనిమిది
అల్లం	:	ఒక ముక్క
వెల్లుల్లి	:	ఆరు రెబ్బలు
ఎండుమిర్చి	:	రెండు
ఉప్పు	:	సరిపడా
నూనె	:	100గ్రాములు
ఛిల్లీసాస్	:	మూడు స్పూనులు
టమాటా సాస్	:	ఒక స్పూను
సోయాబీన్ సాస్	:	నాలుగు స్పూన్లు
పసుపు	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

కోడిమాంసం చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. ఉల్లిపాయ కోసుకోవాలి. పచ్చిమిరపకాయలు నిలువుగా చీల్చుకోవాలి. కొత్తిమీర ముక్కలు కోసుకోవాలి.వెల్లుల్లి-అల్లం, ఎండుమిర్చి మసాలా ముద్ద నూరుకోవాలి. బాణలిలో నూనెపోసుకుని అది బాగా కాగాక ఉల్లిపాయలు సగం వేపి బంగారు రంగు వచ్చేలా వేయించండి. మరో అయిదు నిమిషాలు వేపండి. చికెన్ ముక్కలను వేసి ఒకటిన్నర కప్పుల నీళ్ళు పోసి ఉప్పును చల్లి ముక్కని మెత్తగా ఉడకనివ్వండి. బాణలి నుండి చికెన్ ముక్కలను తీసి ప్రక్కన పెట్టుకుని బాణలిలో గ్రేవీని ఇగరబెట్టండి. అది బాగా చిక్కబడిన తరువాత చికెన్ ముక్కలపై పూయండి. మరో పాత్రను పొయ్యి మీద పెట్టి మూడు స్పూనుల నూనె పోసి మిగతా పచ్చిమిర్చి ముక్కలను వేయించి వండి పెట్టుకున్న చికెన్ ముక్కలను వేయండి. వాటిపై మూడు రసాల సాస్‌లను వేసి బాగా కలపండి.కొంచెం మగ్గిన తరువాత దింపి కొత్తిమీర చల్లి వడ్డించుకోవచ్చు.

కుర్మా రైస్

కావలసిన పదార్థాలు :

పలావు బియ్యం	:	500 గ్రా॥
ఉల్లిపాయలు	:	50 గ్రా
అల్లం,వెల్లుల్లి	:	ఒకటిన్నర టీ స్పూన్లు
టమోటాలు	:	100 గ్రా
నూనె	:	20 గ్రా
పెరుగు	:	ఒక కప్పు
కొత్తిమీర	:	2 కట్టలు
కారం	:	అర టీ స్పూన్
పసుపు	:	చిటికెడు
జీలకర్రపొడి	:	పావు టీ స్పూన్
గరం మసాలా	:	అర టీ స్పూన్
గసగసాలు	:	20 గ్రా॥
కొబ్బరిపొడి	:	25 గ్రా॥
ధనియాలపొడి	:	2 టీ స్పూన్లు
పచ్చిమిర్చి	:	నాలుగు
పనీర్	:	100 గ్రా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా ఓ గిన్నెలో నూనె వేసి వేడిచేశాక సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయముక్కల్ని వేయించండి. ఆపైనగరంమసాలా, అల్లంవెల్లుల్లి, కారం, పసుపు, జీలకర్రపొడి, టమోటా ముక్కలు కలిపి కొద్దిసేపు ఫ్రై చేయండి.తరువాత ముద్దగా నూరిన కొబ్బరిపొడి, గసగసాలు, ధనియాలపొడి వేసి వేయించి పెరుగు, ఉప్పు కలిపితే కుర్మా తయారవతుంది.పలావు బియ్యాన్ని ఎసరులో పోసి మూడొంతులు ఉడకగానే వార్చండి. ఒక పొర రైస్ మీ సిద్దంగా ఉన్న కుర్మా వేయండి. దీని మీద రైస్ పోసి పావుగంటసేపు– సన్నని మంటమీద మగ్గనివ్వండి.వేడిగా ఉండగానే రైస్‌ను కొద్దిగా కలిపి వేరే డిష్‌లోకి మార్చి తురిమిన పనీర్‌ను జల్లితే నోరూరించే కుర్మా రైస్ రెడీ!

అటుకుల ఉప్మా (పోహా అని కూడా అంటారు)

కావలసిన పదార్థములు:

అటుకులు	:	1/2 కప్పు
నీరు	:	తగినంత
నూనె	:	1 టేబుల్ స్పూను
మినపప్పు	:	1/2 టేబుల్ స్పూను
శనగపప్పు	:	1/2 టేబుల్ స్పూను
ఎండుమిర్చి	:	2
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
ఆవాలు	:	చిటికెడు
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం:

తగినంత నీరు కలిపి అటుకులను 2 నిమిషాలు నానపెట్టాలి. ఎక్కువ నీరు ఉంటే గట్టిగా పిండి తీసివేయాలి. కళాయిలో నూనె వేడిచేసి ఆవాలు, కరివేపాకు, శనగపప్పు, మినపప్పు కూడా వేసి వేయించండి.ఎండుమిర్చి వేసిన తరువాత చిటికెడు పసుపు, తగినంత ఉప్పు వేసి నానపెట్టిన అటుకులను తిరగమోత వేయండి. మీరు తీసుకోవడానికి స్నాక్ రెడీ.

జింజర్ చికెన్

కావలసిన పదార్థములు:

కోడిమాంసం	:	ఒక కేజి
నెయ్యి	:	100 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	నాలుగు
పచ్చిమిర్చి	:	ఎనిమిది
వెల్లుల్లిపాయ	:	ఒకటి
సోయాబీన్ సాస్	:	రెండు స్పూనులు
వెనిగర్	:	రెండు స్పూనులు

సాల్ట్	:	రెండు స్పూనులు
మిరియాలపొడి	:	రెండు స్పూనులు
ఉప్పు	:	ఒక స్పూను
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
పసుపు	:	కొద్దిగా
ఏరోరూట్ పౌడర్	:	అర స్పూన్

తయారుచేయు విధానం:

కోడిమాంసంని శుభ్రం చేసుకుని ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. వెనిగర్, సోయాబీన్‌సాస్–ఏరోరూట్ పౌడర్ కలపాలి. పచ్చిమిర్చి– ఉల్లి– అల్లం– వెల్లుల్లి మొత్తం మెత్తగా ముద్దగా నూరుకోవాలి. ఒక అరగంట తరువాత ఒక బాణలిలో నెయ్యిపోసి బాగా కాగిన తరువాత కోడి ముక్కల్ని వేసి బాగా 3వేయించాలి.బాగా వేగుతుండగా పెప్పర్ జల్లి ఉంచండి. బాగా వేగిన తరువాత కొత్తిమీర జల్లుకుని దింపేయాలి.

మిరప కోడికూర

కావలసిన పదార్థములు:

కోడి మాంసం	:	250 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
వెల్లుల్లి	:	ఒకటి
అల్లం	:	చిన్న ముక్క
జీలకర్ర	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	సరిపడా
నూనె	:	50 గ్రాములు
ఎండు మిరపకాయలు	:	నాలుగు
లవంగాలు	:	నాలుగు
కొత్తిమీర	:	అరకట్ట
పసుపు	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

మాంసాన్ని చిన్న చిన్న ముక్కలుగా తరిగి వుంచుకోవాలి. ఉల్లిపాయలను చిన్న చిన్న ముక్కలుగా వుంచుకోవాలి. మిగిలిన మసాలాలన్నీబాగా నూరి ముద్దగా వుంచుకోండి. ఒక బాణలిలో నూనె పోసి బాగా కాగాక ఉల్లిపాయలు వేసిబాగా దోరగా వేయించండి. మాంసం ముక్కలను అందులో కలిపి, ఉప్పు పసుపు వేసి బాగా కలియబెట్టాలి. ఉడుకుతుండగా మసాలా ముద్ద అందులో వేయాలి. ముక్కలు బాగా ఉడికిన తరువాత కొత్తిమీర వేసి దింపేయాలి.

తండూరి చికెన్

కావలసిన పదార్థములు:

కోడిమాంసం	:	అరకిలో
అల్లం	:	చిన్నముక్క
ఉప్పు	:	సరిపడా
పసుపు	:	కొంచెం
వెల్లుల్లి	:	రెండు రెబ్బలు
పుల్లని పెరుగు	:	ఒక కప్పు
నూనె	:	100 గ్రాములు
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
మిఠాయిరంగు	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

అల్లం-వెల్లుల్లి ముద్దగా నూరుకోండి. ఉల్లిపాయలు రింగులుగా కోసి పెట్టుకోవాలి. కోడిని శుభ్రం చేసుకుని ఏడెనిమిది ముక్కలు కోసుకోవాలి. పుల్లతో మాంసం ముక్కలకు కంతలు పొడవండి. ఒక పాత్రలో ఒకటవ నెంబరు ముద్ద వేసి పెరుగు కలపాలి. అందులో పసుపు-ఉప్పు-మిఠాయిరంగు కలపండి. పెరుగు పుల్లగా ఉండాలి. లేకపోతే నిమ్మరసం కలపండి. కోడి ముక్కలను ఈ మిశ్రమంలో కలిపి అన్ని ముక్కలను బాగా పిండి నూనెలో వేయించుకోవాలి. దీనిని నాలుగు గంటలయినా వూరనివ్వాలి. ఒక బాణలిలో నూనె పోసి బాగా కాగాక ఊరిన ముక్కలను బాగా పిండి నూనెలో వేయించుకోవాలి ఈ చికెన్ ముక్కలను ఒక

పళ్ళెంలో పెట్టుకుని చక్రాలుగా కోసుకున్న ఉల్లిపాయల్ని చుట్టూ అమర్చుకోవాలి.

నిమ్మకాయను ఎనిమిది ముక్కలుగా కోసుకుని పళ్ళెంలో పెట్టుకోవాలి. కోడి ముక్కలపై కొత్తిమీర ముక్కలను జల్లుకోవాలి.

కొబ్బరి పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థాలు :

పెరుగు	:	అరకిలో
కొబ్బరికోరు	:	రెండు కప్పులు
ఉప్పు	:	తగినంత
తాలింపుసామాను	:	ఒక చెంచా
కరివేపాకు	:	ఒక కట్ట
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
నూనె	:	ఒక చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా కొబ్బరికోరు, ఉప్పు, పెరుగు, కరివేపాకు, కలిపి పెట్టుకోవాలి. పెరుగు గట్టిగా ఉంటే బాగుంటుంది. బాణలిలో నూనె వేసి తాలింపు వేయించి పచ్చడికి చేర్చాలి. ఇది అన్నంలోనూ, రొట్టెలలోను కూడా బాగుంటుంది.

కోడి పకోడి

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్ మాంసం	:	750 గ్రాములు
సెనగపిండి	:	600 గ్రాములు
తాజా నిమ్మరసం	:	నాలుగు స్పూన్లు
ఆవాలపొడి	:	మూడు స్పూన్లు
కారం	:	రెండు స్పూన్లు
వెనిగర్	:	ఒక స్పూను
అజినోమాటో	:	ఒక స్పూను
నెయ్యి	:	250 గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

కోడిని శుభ్రం చేసి చిన్న చిన్న ముక్కల్ని కోసి ఫోర్క్‌తో బాగా పొడిచి ఉప్పు, కారం ఆ ముక్కలను పట్టేలా చేయాలి. మిగిలిన పొడి మసాలాలన్నీ ఆ ముక్కలకి కలిపి పైన నిమ్మరసం- వెనిగర్ చల్లి బాగా కలిపి రెండు గంట పాటు ఊరనివ్వాలి. సెనగపిండిలో కొంచెం ఉప్పు వేసుకుని ఎసరు పోసి కొంచెం పలుచగా కలుపుకోవాలి. ఊరిన చికెన్ ముక్కల్ని పిండేసి వేరే గిన్నెలో వేసుకోవాలి. మొదటి గిన్నెలో మిగిలిన మసాలాలన్నీ సెనగపిండి కలిపెయ్యాలి. నెయ్యి సమృద్ధిగా కాచి చికెన్ ముక్కల్ని పిండిలో ముంచి నేతిలో వేపాలి. సగం వేగాక- సన్న సెగ చేసి బాగా వేయించుకోవాలి.

చికెన్ పికెల్

కావలసిన పదార్థములు:

బ్రాయిలర్ చికెన్	:	అర కిలో
అల్లం	:	2 కప్పుల ముక్క
నిమ్మరసం	:	1 కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	5
నూనె	:	100 గ్రాములు
వెల్లుల్లి	:	1పాయ
మిరియాలపొడి	:	అర స్పూను
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
సోయాసాస్	:	1 స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

చికెన్‌ని శుభ్రం చేసి చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి పచ్చిమిర్చిని నిలువుగా చీల్చాలి వెల్లుల్లి ముద్ద నూరాలి అల్లం కూడా సన్నగా తరగాలి చికెన్ ముక్కల్లో వెల్లుల్లి ముద్ద, మిరియాలపొడి, ఉప్పు, సోయాసాస్ వేసి బాగా కలపాలి. ముక్కలను 1గంట ఊరనిచ్చి నీటిని పిండి, మరో గిన్నెలో ముక్కలు వేసి ఊటని పారేయాలి. బాణలిలో నూనె వేసి చికెన్ ముక్కలని కరకరలాడేటట్లు వేపాలి. ముక్కలు ప్రక్కకి తీసి అల్లం, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేపాలి. నిమ్మరసంలో ఉప్పు కలిపి వేపిన అల్లం, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు చికెన్ ముక్కల్లో తడిలేని స్పూన్‌తో రోజుకోకసారి కలపాలి. ఇలా 4 రోజులు కలిపిన తరువాత వాడుకోవచ్చు.

ఝాల్‌మురీ

కావలసిన పదార్థములు:

మరమరాలు	:	200 గ్రాములు
సేవ్	:	50 గ్రాములు
వేరుసెనగలు	:	50 గ్రాములు
తరిగినపచ్చిమిరపకాయలు	:	1 స్పూను తరిగినవి
నిమ్మకాయరసం	:	1కప్పులోసగం
ఉడికించిముక్కలుచేసినబంగాళదుంపలు	:	50 గ్రాములు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడినంత
ఆవనూనె	:	1టీ స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

పైన తీసుకున్నవన్నీ కలిపేసి, పైనుంచి సేవ్, కొత్తిమీర, నిమ్మరసం చల్లి, నిమ్మకాయచక్రాలతో అలంకరించి వడ్డించాలి.

సగ్గుబియ్యంతో కిచిడీ

కావలసిన పదార్థాలు :

సగ్గుబియ్యం	:	1 కప్పు
వేయించిన వేరుశెనగలు	:	1/2 కప్పు
జీలకర్ర	:	కొద్దిగా
పంచదార	:	కొద్దిగా
పచ్చిమిరపకాయలు	:	2 (తరగాలి)
ఉప్పు	:	తగినంత
సన్నగా తరిగిన అల్లం ముక్కలు	:	కొద్దిగా
పచ్చికొబ్బరితురుము	:	1 గరిటెడు
నూనె	:	1 స్పూను
తరిగిన కొత్తిమీర	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం :

సగ్గుబియ్యం కడిగి నీళ్ళు వంపి, తిరిగి నీళ్ళు పోసి పక్కకు పెట్టుకోవాలి. ఒక మూకుడులో నూనె వేడిచేసి జీలకర్ర వేసి చిటపటలాడిన తరువాత అల్లం ముక్కలు, పచ్చిమిరపముక్కలు వేసి తరువాత సగ్గుబియ్యం కూడా వేసుకోవాలి. వేరుసెనగలు, ఉప్పు, పంచదార వేసి బాగా కలిపి కొద్దిగా నీళ్ళు పోయాలి. అడుగంటకుండా మధ్య మధ్యలో కలుపుతూ 30 నిమిషాలు ఉడికించాలి. ఈ కిచిడీపైన తరిగిన కొత్తిమీర, పచ్చికొబ్బరి తురుము చల్లి వేడి వేడిగా వడ్డించండి.

కొల్హాపురి అండి

కావలసినపదార్థములు:

కోడిగుడ్లు	:	నాలుగు
టమాటాలు	:	100 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	100 గ్రాములు
పసుపు	:	అరటీస్పూను
కారం	:	ఒకటిన్నర టీ స్పూన్లు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	20గ్రాములు
అల్లం,వెల్లుల్లి	:	ఒకటిన్నర స్పూన్లు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
మసాలాకోసం:		
ధనియాలు	:	ఒకటిన్నరస్పూను
జీలకర్ర	:	అరటీస్పూను
నువ్వులు	:	15 గ్రాములు
గసగసాలు	:	15 గ్రాములు
ఎండుకొబ్బరి	:	25 గ్రాములు
లవంగాలు	:	నాలుగు
మిరియాలు	:	అర టీస్పూను

తయారుచేయు విధానం:

మసాలా కోసం సిద్ధం చేసిన దినుసులన్నింటినీ కలిపి దోరగా వేయించండి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముద్దగా నూరి పక్కన పెట్టండి.కోడిగుడ్లను ఉడికించి, పెంకు

తొలగించి పక్కన పెట్టండి. ఓ గిన్నెలో నూనె పోసి వేడి చేయండి. ఇందులో సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేసి ఎర్రగా వేయించండి. ఆపైన అల్లం,వెల్లుల్లి మసాలా ముద్ద చేర్చి నూనెపైకి తేలే వరకూ వేయించండి. ఇందులో కాం, పసుపు, ఉప్పు వేసి కలియబెట్టండి. తరువాత టమాటా ముక్కలు వేసి ఉడికించండి. ఉడికించిన గుడ్లకు చిల్లులు పొడిచి కూరలో వేసి కాసేపు పొయ్యిమీద ఉంచండి. కొల్హాపురి అండిరెడీ!

మసాలా పూరీలు

కావలసినపదార్థములు:

మైదా,నూనె (వేయించడానికి) నువ్వులు, మిరియాలు, జీలకర్ర, వాము

తయారుచేయు విధానం:

పూర్తిగా మైదానే వేయకుండా మైదా, గోధుమపిండి, బొంబాయిరవ్వ ఒక్కొక్క వంతు చొప్పున వేసుకోవాలి. పూరీలు వేగించక్కర్లేదు. కేవలం పిండి కలపడానికే కాబట్టి మూడు స్పూన్లనూనె సరిపోతుంది. మిగిలిన వాటితోపాటు అదనంగా మెంతి ఆకును వేసుకుని పిండి కలుపుకోవాలి. ఆ పిండిని చిన్న చిన్న పూరీలుగా చేసుకుని ముందుగా వేడిచేసిన ఒవెన్‌లో 180 డిగ్రీల సెంట్రీగ్రేడ్ వద్ద 25 నిమిషాలు బేక్ చేయాలి.

కొత్త పద్ధతి వల్ల లాభాలు:

సాయంత్రం టీతో పాటు తినటానికి అనువైన స్నాక్ ఇది.

50 శాతం కాలరీలు తగ్గుతాయి.వేడిగా తింటే చాలా రుచిగా ఉంటాయి.

నిల్వ చేసుకుని అవసరమైనప్పుడు మైక్రోవేవ్‌లో వేడిచేసుకుని తినొచ్చు.

నష్టాలు:

కాస్త పొడిగా విరిగిపోయేటట్లు ఉంటాయి.

చేయడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది.

చికెన్ జంగ్వారీ పలావ్

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్	-	అరకిలో
ఉల్లిపాయలు	-	2
టమాటాలు	-	2
కొబ్బరిచిప్ప	-	1
పచ్చిమిర్చి	-	మూడు
దాల్చినచెక్క	-	1
లవంగాలు	-	మూడు
సన్నబియ్యం	-	1 గ్లాసు
నూనె	-	100 గ్రాములు
కరివేపాకు	-	1 కట్ట
కొత్తిమీర	-	1 కట్ట
ఎండుమిర్చి	-	2
పసుపు	-	చిటికెడు
ఉప్పు	-	తగినంత
జీడిపప్పు	-	50 గ్రాములు
వెల్లుల్లి	-	1 పాయ

తయారుచేయు విధానం:

చికెన్ ముక్కలు కోసి కడగాలి. ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు తరగాలి టమాటాలు ముక్కలు తరగాలి. మసాలా ముద్ద నూరి ఉంచండి లవంగాలు, ఉల్లిముక్కలు, బాణలిలో వేసి నూనె వేసి వేపాలి. చికెన్ ముక్కలను ఎర్రగా వేపాలి. మసాలా వేసి, నీళ్ళుపోసి ఉడికించాలి. బాగా ఉడికిన టమాటా, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి. స్టౌపై ఎసరు పెట్టి బాగా కాగాక పలావ్ బియ్యం, ఉప్పువేసి కొంచెం పలుకుగా ఉడికించండి. బాణలిలో నూనె వేసి ఆవాలు వేపి అన్నంలో వెయ్యండి. వండిన చికెన్ ముక్కల మిశ్రమాన్ని కొత్తిమీర, కరివేపాకు వేసి దించేయండి.

అన్నిపప్పలతో పొడి

కావాల్సిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	1 కప్పు
పెసరపప్పు	:	1 కప్పు
శనగపప్పు	:	1 కప్పు
మినపప్పు	:	1 కప్పు
మిరపకాయలు	:	2 గుప్పెళ్ళు
వెల్లుల్లి గర్భాలు	:	4
జీలకర్ర	:	1/2 కప్పు
ఉప్పు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం :

మిరపకాయలు బాగా వేయించి ప్రక్కన పెట్టుకోవాలి. అలాగే పప్పులన్నీ రాళ్ళు లేకుండా శుభ్రము చేసి దోరగావేయించుకోవాలి. ఇవి అన్నీ కలిపి మిక్సీలో వేసి, తిరగలిలోగాని, ఉప్పువెల్లుల్లిపాయ కూడా వేసి మెత్తగా పొడి చేసిసీసాలో పోస్తే పొడి అన్నంలోకి ఇడ్లీలోకి బాగుంటుంది.

రాజ్‌మాలతో

కావలసిన పదార్థములు:

రాజ్‌మా	:	300 గ్రాములు
బియ్యం	:	200 గ్రాములు
ఇంగువ	:	చిటికెడు
పచ్చిమిర్చి పేస్టు	:	1/2 చెంచా
వెల్లుల్లి,అల్లంపేస్టు	:	2 చెంచాలు
జీలకర్ర	:	1 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1 చెంచా
నూనె	:	1 గరిటె
పసుపు	:	1 1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

రాజ్‌మా, బియ్యం రెండుగంటలు నానపెట్టాలి. ఒక మూకుడులో నూనె,ఇంగువ, జీలకర్రవేసి వేయించాలి. అల్లం,వెల్లుల్లి పేస్టుకూడా వేసి వేయించాలి. ధనియాలపొడి, పచ్చిమిరపకాయ పేస్టుకూడా వేసి కొద్దిసేపు వేయించాలి. బియ్యం, రాజ్‌మా ఒకేసారి వేసి,పసుపు ఉప్పు కూడా వేసి వేయించాలి. సరిపడినంత నీరుపోసి ఉడికించాలి. వడ్డించే ముందు కిచిడీపైన కొత్తిమీర చల్లి అందించండి.

పెరుగు తాలింపు

కావలసిన పదార్థములు:

క్యాప్సికమ్	:	పావుకిలో (సన్నముక్కలుగా తరగాలి)
తియ్యటి గడ్డపెరుగు	:	అరలీటరు
నీళ్లు	:	2 కప్పులు
నూనె	:	25 గ్రాములు
కొబ్బరిముద్ద	:	కప్పు (లేతకొబ్బరయితే మంచిది)
ఉల్లితురుము	:	కప్పు
కొత్తిమీర తురుము	:	కొద్దిగా
కరివేపాకు	:	రెండు రెమ్మలు
ఎండుమిర్చి	:	2
కారం	:	పావుటీస్పూను
ఆవాలు	:	అరటీస్పూను
అల్లంముద్ద	:	పావుటీస్పూను
జీలకర్ర	:	పావుటీస్పూను
ఇంగువ	:	చిటికెడు
పసుపు	:	పావు టీ స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

గుంట గరిటెతో పెరుగును కలిపి నీళ్లు పోసి కొబ్బరిముద్ద, ఉల్లి తురుము, అల్లంముద్ద, పసుపు,కారం, ఉప్పు, కొత్తిమీర వేసి కలపాలి. బాణలిలో నూనె పోసి

కాచి, ఎండుమిర్చి, ఆవాలు, జీలకర్ర, ఇంగువ, కరివేపాకు, వేసి దోరగా వేగాక, క్యాప్సికమ్ ముక్కలు కూడా వేసి ఒక్కనిమిషం వేయించి తీసి పెరుగులో కలపాలి. ఇది అన్నంలోకీ రొట్టెల్లోకీ బ్రెడ్‌లోకీ కూడా బాగుంటుంది.

చిట్కా: క్యాప్సికమ్‌తో చేసే ఏ వంటకంలోనయినా చివరలో కొద్దిగా పుట్నాలపొడి కలిపితే పచ్చివాసన రాకుండా కమ్మగా ఉంటుంది.

చికెన్ ఫింగర్ శాండ్‌విచెస్

కావలిసనపదార్థములు:

బోన్‌లెస్‌చికెన్‌ముక్కలు	:	పావు కేజి
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
మిరియాలపొడి	:	1 స్పూను
నిమ్మరసం	:	ఒక స్పూను
గరంమసాలాపొడి	:	1 స్పూను
కారం	:	అరస్పూను
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట (సన్నని ముక్కలు)
నూనె	:	ఒక స్పూను
బ్రెడ్‌ముక్కలు	:	10
పుదీనా ఆకుల	:	1 స్పూను(సన్నగాతరిగినది)

తయారుచేయు విధానం:

చికెన్‌ని, బ్రెడ్‌ని వేరువేరుగా సిద్ధం చేసుకోవాలి. ఒక పాత్రలోబోన్‌లెస్ చికెన్‌ముక్కలను, ఉప్పు,కారం, నిమ్మరసంవంటి మసాలాపదార్థాలను వేసి బాగా కలిపి పది నిమిషాలపాటు ప్రక్కన పెట్టాలి. బాండీలో నూనె వేసి వేడెక్కాక తరువాత అందులో చికెన్‌ముక్కలు వేసి మూడు నాలుగు నిమిషాలు వేయించి ప్రక్కన పెట్టుకోవాలి. బ్రెడ్‌ముక్కల్ని తీసుకుని రోలింగ్ పిన్ సహాయంతో వాటిని ఒంపులు లేకుండా చేయాలి. ఆ తరువాత బ్రెడ్‌ముక్కల అంచులు కత్తిరించి మెత్తని బ్రెడ్‌భాగాల్నిప్లేట్‌లో ఉంచాలి. ఈ బ్రెడ్‌ముక్కలు ఒక్కొక్కదానిమీద కొంచెం మసాలా దినుసుల్లో వేయించి పెట్టుకున్నచికెన్ ముక్కలు జాగ్రత్తగా విస్తరింపచేయాలి.

బ్రెడ్‌ముక్కను ఇప్పుడు గుండ్రంగా చుడితే శాండ్‌విచ్‌రెడీ. ఆ విధంగా నాలుగైదు బ్రెడ్‌ముక్కలు శాండ్‌విచెస్‌గా చేసుకోవచ్చు. బ్రెడ్‌లో ఉంచగా మిగిలిన చికెన్ ముక్కల్ని ప్లేట్‌లో అలా ఉంచితే ఆకర్షణగా ఉంటుంది. శాకాహారాలు క్యాప్సికమ్ ముక్కలు, జున్ను కలిపి వేయించుకుని బ్రెడ్‌తో శాండ్‌విచెస్ చేసుకోవచ్చు.

సబ్జ్ పసంద్

కావలసిన పదార్థములు:

క్యారెట్స్	:	100 గ్రాములు
బీన్స్	:	100 గ్రాములు
బంగాళాదుంపలు	:	150 గ్రాములు
క్యాప్సికమ్	:	100 గ్రాములు
గసగసాలు	:	20 గ్రాములు
కొబ్బరి	:	25 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	25 గ్రాములు
పసుపు	:	చిటికెడు
గరంమసాలా	:	పావు టీ స్పూను
కొత్తిమీర	:	2 కట్టలు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	30 గ్రాములు
పెరుగు	:	1కప్పు
క్రీమ్	:	అర కప్పు
ఉల్లిపాయలు	:	50 గ్రాములు
అల్లంవెల్లుల్లి	:	1 టీ స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

క్యారెట్స్, బీన్స్, బంగాళాదుంపలు, క్యాప్సికమ్‌లను ముక్కలుగా తరిగి మరుగుతున్న నీటిలో అయిదు నిమిషాలు ఉడికించి తీయండి. బాణలిలో నూనె పోసి, కాగాక సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయల్ని వేసి ఎర్రగా వేయించండి. ఆపైన అల్లంవెల్లుల్లి, నూరిన పచ్చిమిర్చి ముద్ద, పసుపు వేసి మరికొద్దిసేపు ఫ్రై చేయండి. ఓ గిన్నెలో పెరుగు, కాస్త క్రీమ్, గరం మసాలా పొడి,ఉప్పు, ముద్దగా నూరిన

గసగసాలు, కొబ్బరికోరు, జీడిపప్పులతోపాటు, ఉడికించిన కూరగాయ ముక్కలు వేసి కలియబెట్టండి. దీనిలో ముందుగా ఫ్రై చేసిన ఉల్లిపాయముక్కల మిశ్రమాన్ని వేసి మూతపెట్టి సన్నని మంటమీద పావుగంటసేపు ఉడికించండి. దించే ముందు కొత్తిమీర, క్రీమ్ జల్లండి. సబ్జ్ పసంద్‌రెడీ!

బూందీ లడ్డూ

కావలసిన పదార్థాలు :

శెనగపప్పుపిండి	:	1కిలో
పంచదార	:	2 కిలోలు
నూనె	:	2 కిలోలు
జీడిపప్పు	:	అరకప్పు
కిస్మిస్	:	అరకప్పు
ఏలకులు	:	20
మిఠాయిరంగు	:	చిటికెడు
కుంకుమపువ్వు	:	కొద్దిగా
పచ్చకర్పూరం	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

పంచదార నీరు పోసి లేత పాకం పట్టి వుంచాలి. శెనగపిండిలో నీరు పోసి గరిటె జారుగా కలపాలి. పాకంలో మిఠాయిరంగు కలపాలి. జీడిపప్పు, కిస్‌మిస్‌లు ఎర్రగా వేయించాలి. గిన్నెలో నూనెవేసి గరిటెతో బూందీ చట్రాలపై శెనగపిండి వేసి చట్రాన్ని నెమ్మదిగా కోడితే చిన్న వుండలుగా నూనెలో పడుతుంది. ఎర్రగా కాకుండా పసుపు రంగులో వున్నప్పుడే బూందీ తీసిపాకంలో వెయ్యాలి. ఏలకులపొడి, జీడిపప్పు, పచ్చకర్పూరం, కిస్మిస్, కుంకుమపువ్వు, బూందీ పాకంలో వేసి బాగా కలిపి మూతపెట్టాలి. చల్లారాక మనకిష్టమైన సైజులో చుట్టుకోవాలి.

ఎగ్-కర్డ్ కుర్మా

కావలసిన పదార్థములు:

గుడ్లు	:	3
నూనె	:	1 టేబుల్‌స్పూను
కొబ్బరికోరు	:	1/2కప్పు

చిన్న టమాటాలు	:	2
జీడిపప్పులు	:	5
ఉప్పు	:	చిటికెడు
పసుపు	:	చిటికెడు
మిరియాలపొడి	:	1/4 టీ స్పూను
ధనియాలపొడి	:	1/4 టీ స్పూను
నెయ్యి	:	1/2 టీ స్పూను
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
అల్లం–వెల్లుల్లిముద్ద	:	ఒక స్పూను
ఎండుమిర్చి	:	2
చిన్న ఉల్లిపాయలు	:	2

తయారుచేయు విధానం:

నూనెకాచి ఉల్లిపాయ ముక్కలు కాస్త వేయించాలి. అల్లం–వెల్లుల్లి ముద్ద వేసి రంగు మారేదాకా వేయించాలి. అందులో తరిగిన టమాటాలు, పెరుగు కలిపి, కాసిని నీళ్లు పోసి పొంగించాలి. గుడ్లను పగలకొట్టి చెదరనీయకుండా ఒక్కొక్కటే వేయాలి. ఉడికాక పైన మిరియాల, ధనియాలు పొడులు, తరిగిన కొత్తిమీర చల్లాలి. వేయించిన జీడిపప్పుతో అలంకరించి వడ్డించాలి.

చికెన్ బిరియాని

కావలసిన పదార్థములు:

కోడిమాంసం	:	250గ్రాములు (మెత్తనిది)
ఉల్లిపాయలు	:	మూడు
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
పెరుగు	:	ఒక కప్పు
పసుపు	:	చిటికెడు
కారం	:	కొంచెం
నెయ్యి	:	50 గ్రాములు
అల్లం	:	చిన్న ముక్క

వెల్లుల్లి	:	ఒకటి
గరం మసాలా	:	ఒక ప్యాకెట్
పలావు బియ్యం	:	250గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

పలావు బియ్యాన్ని రాళ్ళు లేకుండా శుభ్రం చేసి నానపెట్టి వుంచాలి. కోడి మాంసాన్ని చిన్నచిన్న ముక్కలుగా తరిగి వుంచుకోండి. ఒక బాణలిలో నూనె పోసి బాగా కాగాక ఉల్లిపాయలు వేసి బాగా వేగనివ్వండి. పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసి బాగా కలియబెట్టండి. కొంచెం ఉడికాక మాంసం ముక్కల్ని వేసి ఉడకబెట్టాలి. ముక్కలు బాగా ఉడికిన తరువాత పెరుగు, కొత్తిమీర వేసి దింపేయండి. వేరే ఒక దబరాలో నీళ్ళు పెట్టి– నీళ్ళు బాగా కలిసేలా చేసి కాగిన తరువాత అందులో పలావు వేయండి. సుమారు ముప్పాతిక భాగం ఉడికాక– అందులో వున్న గంజిని వార్చాలి. అంతకు ముందు తయారుచేసి వుంచుకున్న మసాలాలన్నీ అందులో కలపాలి. నెయ్యి కలిపి– మగ్గనివ్వాలి. పొడిపొడి లాడుతూ అత్తెసరులా ఇగిరిపోతుంది. మూత ప్రక్కల నుంచి పొగరాగానే దింపేయాలి. ఆలస్యం చేస్తే మాడిపోతుంది.

కరివేపాకుతో కోడిమాంసం

కావలసిన పదార్థములు:

కోడిమాంసం	:	250 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
పసుపు	:	కొంచెం
ఉప్పు	:	సరిపడా
నూనె	:	100 గ్రాములు
అల్లం	:	చిన్నముక్క
వెల్లుల్లి	:	ఒకటి
కరివేపాకు	:	రెండు కట్టలు
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
కారం	:	రెండు స్పూనులు

తయారుచేయు విధానం:

మాంసం ముక్కల్ని చిన్నవిగా కోసుకుని- పసుపు-ఉప్పుకారం పట్టిచ్చి ప్రక్కన వుంచాలి. దానిలో నీళ్ళు పోసి ఆ నీళ్ళు యిగిరే వరకూ ఉంచి దింపేయాలి. ఆ బాణలిలో ముందుగా ఉడికించిన ముక్కలను వేసేయాలి. ముక్కలు బాగా ఉడికిన తరువాత మిగిలిన మసాలాలు- కరివేపాకు పొడి వేయాలి. దింపే ముందు కొత్తిమీర వేసి దింపేయాలి. ఇది ఘుమఘుమలాడుతూ మంచి సువాసన రుచిగా వుంటుంది.

మస్ పొలిచ

కావలసిన పదార్థాలు

చందువా చేప	:	500గ్రాములు
ఎండుమిర్చి	:	10గ్రాములు
సోంపు	:	5గ్రాములు
వెనిగర్	:	2 టీ స్పూన్లు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	3 టీ స్పూనులు
ఉప్పు	:	తగినంత
అరటి ఆకు	:	ఒకటి

తయారు చేయు విధానము

ముందుగా - చందువా చేపను శుభ్రం చేసి, ముక్కలుగా కోయండి. ఎండుమిర్చి, సోంపు, ఉప్పు కలిపి నూరిన ముద్దను చేప ముక్కలకు పట్టించండి. అరటి ఆకును ముక్కలుగా చేసి, నూనె పూయండి. ఇందులో ముందుగా సిద్ధం చేసుకున్న చేప ముక్కలు ఉంచి వెనిగర్ జల్లి ఆ ఆకుల్ని పొట్లాల్లా మడచండి. వీటిని ఒక గిన్నెలో వేసి స్టవ్ మీద ఉంచి మూతపెట్టండి. దీని పైన కాలుతున్న బొగ్గులు వేసి చేప ముక్కల్ని ఉడికించండి. చేప ముక్కలు ఉడికిన తరువాత పొట్లాలు విప్పితే మస్ పొలిచ రెడీ!

పొంగణాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

బియ్యం	:	200 గ్రాములు
మినప్పప్పు	:	100 గ్రాములు
మెంతులు	:	1/2 టీ స్పూన్
ఉప్పు	:	తగినంత

పైవన్నీ కలిపి రెండుగంటల సేపు నానబెట్టాలి. దీనికి తగినంత ఉప్పు కలిపి మెత్తగా రుబ్బాలి.

ఇవి సిద్ధం చేసుకోవాలి :

నువ్వులనూనె	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు
జీలకర్ర,ఆవాలు	:	1 టేబుల్ స్పూన్లు
కరివేపాకు	:	1 రెబ్బ
ఉల్లిపాయ	:	1
కొబ్బరి	:	50 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం :

నువ్వులనూనె వేసి ఆవాలు, జీలకర్ర, తరిగిన కరివేపాకు, ఉల్లిపాయముక్కలు వేయించాలి. తరువాత కొబ్బరి తురుమును కూడా కలిపి వేయించి బియ్యంపిండిలో కలపాలి. పొయ్యిపై పొంగణాల పెనం పెట్టి వేడి చేసి నువ్వులనూనె వేసుకుంటూ గరిటెతో పై మిశ్రమాన్ని పోస్తూ దోరగా వేయించాలి. ఇలా తయారయిన పొంగణలను పల్లి చట్నీతోగాని, అల్లం చట్నీతోగాని, వేడివేడిగా వడ్డించడమే తరువాయి.

కొబ్బరిగుల్లల గులాబ్‌జామ్

కావలసిన పదార్థాలు :

బియ్యం	:	అరకేజీ
నెయ్యి	:	అరకేజీ
తినేసోడా	:	ఒక స్పూన్
యాలకులపొడి	:	ఒక స్పూన్

కొబ్బరిచిప్పలు : నాలుగు (మీడియం సైజువి)
పంచదార : అరకేజీ

తయారుచేయు విధానం :

బియ్యం నానబెట్టాలి. కొబ్బరి తురిమి రెండూ కలిపి మెత్తగా రుబ్బాలి. గారెల పిండిలా మెత్తగా గట్టిగా రుబ్బి ఉంచాలి. పంచదారలో తగినన్ని నీళ్ళు పోసి పొయ్యి మీద పెట్టి పాకం రానివ్వాలి. అది అలా వుంచి యాలకులపొడి, తినేసోడా రెంటిని రుబ్బిన మిశ్రమంలో కలిపి బాండీలో నెయ్యి కాగనిచ్చి చిన్న చిన్న ఉండలుగా వేసి నెయ్యిలో వేపాలి. వేగగానే తీసి పాకంలో వెయ్యాలి. గులాబ్‌జామ్‌సలా పాకాన్ని బాగా పీల్చి తినటానికి రుచిగా ఉంటాయి.

గొట్టంకాజా (కాకినాడ కాజా)

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదా : 500 గ్రా॥
పెరుగు : 1/2 కప్పు
వంటసోడా : 1/2 టీ స్పూన్
బేకింగ్ పౌడర్ : 1/2 టీ స్పూన్
నెయ్యి : ఫ్రై చేయడానికి సరిపడా
పంచదార : 1500 గ్రా॥

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిని జల్లించి, దానికి పెరుగు, వంటసోడా, బేకింగ్ పౌడర్ కలిపి కొద్దిగా నీళ్ళు చల్లుతూ మెత్తని చపాతీ పిండిలా కలిపి, పదిహేను నిమిషాలు చేతితో బాగా మర్ధన చేయండి. అప్పుడప్పుడు పిండి ముద్దను పైనుంచి పళ్ళెంలోకి గట్టిగా కొట్టండి. తరువాత ఆ పిండికి నెయ్యిపూసి తడిగుడ్డతో కప్పి, గంటన్నరసేపు ఎండలో ఉంచండి. దాంతో పిండి పులిసి మెత్తగా తయారవుతుంది. తరువాత పంచదారను బాణలిలో పోసి,మూడు గ్లాసుల నీళ్ళు కలిపి స్టౌ మీద లేత జిగురుపాకం పట్టి, స్టౌమీద నుంచి దించి జల్లెడ గరిటెతో పాకాన్ని పైకి కిందకీ జార్చుతూ చల్లారపెట్టండి.

ఎండలో నానబెట్టిన పిండి ముద్దను మళ్ళీ కలియబెట్టకుండా, చాకుతో ఒక పక్క నుంచి కొంత పిండిని కోసి, గుప్పెడు మైదా పిండిని జల్లిన పీటమీదవేసి, కొంచెం పొడవుగా సాగదీసి, బొటనవేలు సైజులోఅడ్డంగాముక్కలు కోసి, ఒక

గిన్నెమూతపైన పిండి జల్లి, కోసిన ముక్కల్ని వరుసగా పేర్చండి. ఇప్పుడు నెయ్యిని బాణలిలో కాగనిచ్చి, పళ్ళెంలో కోసి ఉంచిన ముక్కల్ని వేసి బుసబుసమని పొంగిపైకి తేలిన వెంటనే బయటకుతీసి ఉంచాక, మంటను తగ్గించి, సన్నని సెగవేడిలో కాజాలను దోరగా వేయించి తీసి, పంచదార పాకంలో వేయండి. పాకం నుంచి కాజా లోపల ఇంకిపోతుంది. వీటిని పైకి తీసి పాకం ఆరిన తరువాత అతిథులకు అందించండి. గొట్టం కాజాలనే కాకినాడ కాజాలని కూడా అంటారు.

అటుకుల పులిహోర

కావలసిన పదార్థాలు

అటుకులు	:	250గ్రాములు
సెనగపప్పు	:	రెండు స్పూన్లు
మినప్పప్పు	:	రెండు స్పూన్లు
ఆవాలు	:	ఒక స్పూను
కరివేపాకు	:	రెండు రెమ్మలు
పచ్చిమిర్చి	:	నాలుగు
ఎండుమిర్చి	:	రెండు
ఇంగువ	:	చిటికెడు
నూనె	:	నాలుగు స్పూన్లు
పసుపు	:	చిటికెడు
నిమ్మకాయలు	:	రెండు
వేరుసెనగపప్పు	:	కొద్దిగా

తయారు చేయు విధానము

ముందుగా అటుకుల్ని శుభ్రం చేసి నీళ్లతో కడిగి నీళ్లు పూర్తిగా పంపాలి. తరువాత మూతపెట్టి ఓ గంట సేపు ఉంచాలి. కళాయిలో నూనె వేసి, పోపు సామాను వేసి అవి వేగిన తరువాత పచ్చిమిర్చి, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు, పల్లీలు వేసి మరికొద్ది సేపు వేయించాలి. తరువాత అటుకులు కూడా వేసి కొద్దిగా వేయించాలి. నిమ్మరసంలో ఉప్పు, పసుపు, ఇంగువ పొడి వేసి బాగా కలిపి ఉంచుకోవాలి. చివరగా అన్నీ కలిపిన ఈ అటుకుల పులిహోర రెడీ! పులిహోరకి మరీ పల్చగా ఉండే మిషను అటుకుల కన్నా కాస్త దళసరిగా ఉండేవే బాగుంటాయి.

....




బిర్యానీలు, పలావులు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు

(చికెన్, మటన్)

సరస్వతి పబ్లికేషన్

అరండల్‌పేట, విజయవాడ




బిర్యానీలు, పలావులు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు

మైథిలీ వెంకటేశ్వరరావు

₹ 40/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

ప్రథమ ముద్రణ:
జూలై 2011

ముద్రణ:

ముఖచిత్రం:
రమణ

పబ్లిషర్స్ :
సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ

ఇందులోని వంటలు ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం కోసం మాత్రమే. తయారీ విధానాన్ని బట్టి ఎంతమందికి కావాలో చూసుకొని, దాని ప్రకారంగా పాళ్లు సరిచూచుకొని వంట చేసుకోగలరు.

విషయసూచిక

గసగసాల అన్నము

బోన్‌లెస్ చికెన్ బిరియాని

ఆలు రైస్

నువ్వుల అన్నము

సేమియా చికెన్ బిరియాని రెండో రకం

బచ్చలి కూర అన్నము

వెరైటీ చికెన్ పలావ్

వాంగీబాత్

కేసరిబాత్

చికెన్ బిరియాని

కోవాబాత్

మామిడి పండు బాత్

కొబ్బరితీపి పలావు

మటన్ -బీన్స్ పలావు

బిర్యానిలు, పలావులు, ఫ్రైడ్‌రైస్‌లు

చికెన్ జంగ్వారీ పలావ్

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్	–	అరకిలో
ఉల్లిపాయలు	–	2
టమాటాలు	–	2
కొబ్బరిచిప్ప	–	1
పచ్చిమిర్చి	–	మూడు
దాల్చినచెక్క	–	1
లవంగాలు	–	మూడు
సన్నబియ్యం	–	1 గ్లాసు
నూనె	–	100 గ్రాములు
కరివేపాకు	–	1 కట్ట
కొత్తిమీర	–	1 కట్ట
ఎండుమిర్చి	–	2
పసుపు	–	చిటికెడు
ఉప్పు	–	తగినంత
జీడిపప్పు	–	50 గ్రాములు
వెల్లుల్లి	–	1 పాయ

తయారుచేయు విధానం:

చికెన్ ముక్కలు కోసి కడగాలి. ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు తరగాలి టమాటాలు ముక్కలు తరగాలి. మసాలా ముద్ద నూరి ఉంచండి లవంగాలు, ఉల్లిముక్కలు, బాణలిలో వేసి నూనె వేసి వేపాలి. చికెన్ ముక్కలను ఎర్రగా వేపాలి. మసాలా వేసి, నీళ్ళుపోసి ఉడికించాలి. బాగా ఉడికిన టమాటా, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి. స్టౌపై ఎసరు పెట్టి బాగా కాగాక పలావ్ బియ్యం, ఉప్పువేసి కొంచెం పలుకుగా ఉడికించండి. బాణలిలో నూనె వేసి ఆవాలు వేపి అన్నంలో వెయ్యండి. వండిన చికెన్ ముక్కల మిశ్రమాన్ని కొత్తిమీర, కరివేపాకు వేసి దించేయండి.

చికెన్ నూడిల్స్ బిర్యానీ

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్	:	అరకిలో
పెరుగు	:	అరగ్లాసు
నూనె	:	100 గ్రాములు
ఉప్పు	:	రుచికిసరిపడ
నెయ్యి	:	1 స్పూను
బంగాళదుంపలు	:	3
నీళ్ళు	:	2 గ్లాసులు
నూడిల్స్	:	120 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
దాల్చినచెక్క	:	1

తయారుచేయు విధానం:

చికెన్ శుభ్రం చేసి ముక్కలు కొయ్యాలి. గరం మసాలా పొడి, ఉప్పు కలిపి చికెన్ ముక్కల్లో కలపాలి. బంగాళాదుంప పొరలుగా కొయ్యాలి. బాణలిలో నూనె, నెయ్యి కలిపి కాచి యాలకులు, లవంగాలు, దాల్చిన చెక్క, చికెన్ ముక్కలు వేసి వేపాలి. బంగాళాదుంప పొరలు, పచ్చినూడిల్స్ ఒక సారిగా వేపాలి. నీళ్ళుపోసిగంటఉడికించి, ఉల్లిముక్కలునెయ్యిలో వేసి బిర్యానీలో కలపాలి.

సేమ్యా చికెన్ బిర్యానీ

కావలసిన పదార్థములు:

చికెన్	:	1కిలో
సేమ్యాలు	:	300 గ్రాములు
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
పచ్చిమిర్చి	:	10
ఉల్లిపాయలు	:	3
సోయాసాస్	:	3 స్పూన్లు
వెల్లుల్లి	:	1 పాయ
అల్లం	:	1 ముక్క
జీడిపప్పులు	:	10
గసగసాలు	:	1 స్పూన్
కారం	:	2 స్పూన్లు
కరివేపాకు	:	3 రెబ్బలు
ఏలకులు	:	2
లవంగాలు	:	2
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయువిధానం:

చికెన్ ముక్కలు శుభ్రం చేసి బాణలిలో నూనె వేసి ముక్కలు వేపాలి. టమాటా, పచ్చిమిర్చి, ఉల్లిముక్కలు తరగండి. అల్లం, వెల్లుల్లి ముద్దగా నూరండి. బాణలిలో నెయ్యి వేసి జీడిపప్పు, ఉల్లిముక్కలు, కరివేపాకు, లవంగాలు, ఏలకులు వేసి బాగా వేపాలి. అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద వేసి బాగా కలిపి టమాటా, ఉల్లి, చికెన్ ముక్కలు కొంచెం మసాలా పొడి వేసి గరిటెతో కలిపి నీరు పొయ్యండి. నీరు బాగా మరిగే టైంలో సేమ్యావేస్తే, బాగా ఉడుకుతుంది. నీరు మొత్తం ఇగిరిపోయాక సోయాసిస్, కొత్తిమీర వేసి దించండి.

వెజిటబుల్ పలావు

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	1పాల డబ్బా
బఠాణి	:	1కప్పు
బంగాళదుంప	:	ఒకటి
క్యారెట్	:	ఒకటి
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
టమాటాలు	:	రెండు
దాల్చినచెక్క	:	చిన్న ముక్క
యాలక్కాయలు	:	రెండు
ధనియాలు	:	2 చెంచాలు
లవంగాలు	:	నాలుగు
పచ్చికొబ్బరి	:	3అంగుళాలముక్క
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
వెల్లుల్లి	:	8 రేకలు
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
పుదీనాకు	:	పావు కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యం కడిగి 1కి 2 ఎసరు పోసి ఉంచాలి.కూరలన్నీ తరిగి బఠాణీ ముందే నానబెట్టి ఉంచుకోవాలి. పైన చెప్పిన మసాలా దినుసులన్నీ కలిపి మిక్సీవేయాలి. తెల్లగిన్నె పెట్టి నాలుగు గరిటెలు నూనెపోసి కాగిన తరువాత మసాలా ముద్దవేసి దోరగా వేపి కూరముక్కలు, బఠానీ తగినంత ఉప్పువేసి కలిపి మూతపెట్టి మగ్గనివ్వాలి. ముక్క ఉడుకుపడుతుంది.తరువాత ఎసరుతో ఉన్న బియ్యం పోసి పెద్ద మంట మీద పెట్టి నీరు ఉడుకుపట్టినప్పుడు సన్నని మంట మీద ఉంచి బియ్యం ఉడికిన తరువాత రెండు నిమిషాలు మగ్గనిచ్చి పొయ్యి ఆర్పి పది నిమిషాల తరువాత సర్వ్ చెయ్యాలి.

ఫ్రైడ్ రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	1 డబ్బా
కొబ్బరిపాలు	:	2 డబ్బాలు
కాలీఫ్లవర్	:	1 కప్పుముక్కలు
బఠాణీ	:	1/2కప్పు
బంగాళదుంపలు	:	రెండు
క్యారెట్ తురుము	:	1 కప్పు
దాసిన చెక్క	:	నాలుగు ముక్కలు
లవంగాలు	:	నాలుగు
యాలకులు	:	రెండు
జీడిపప్పు	:	ఇరవై
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడా
నూనె	:	50 గ్రాములు
పొదీనాకు	:	1కప్పు
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు
నెయ్యి	:	3 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం:

బాండీలో నెయ్యి మూడు చెంచాలు వేసి దాంట్లో జీడిపప్పు వేపాలి. తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. తరువాత దాసినచెక్క, లవంగాలు, యాలకులు కూడా వేపి తగినంత నూనెవేసి, ఉప్పు వేసి కూరలు వేపాలి. వేగిన తరువాత ధనియాలపొడి వేసి బాగా కలతిప్పాలి. బియ్యం కడిగి కొబ్బరిపాలలో నాననివ్వాలి. రైస్ కుక్కర్ లేదా పాన్ లేదా మందపాటి గిన్నెలో నూనెలో వేపింది వేసి దాంట్లో పాలు, బియ్యం వేసి ఉడకనివ్వాలి. ఉడికిన తరువాత దించి వేపిన జీడిపప్పు కలిపి వేడివేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి. కర్రీ రైతాలతో సర్వ్ చేయాలి.

రైస్ కుర్మా

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	1 డబ్బా
నెయ్యి	:	1/2 కప్పు
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
అల్లం, వెల్లుల్లి ముద్ద	:	1 చెంచా
పెరుగు	:	1 కప్పు
నూనె	:	50 గ్రాములు
టమాటాలు	:	రెండు
కారంపొడి	:	1/2 చెంచా
జీరపొడి	:	1/4 చెంచా
గరం మసాలా	:	1/4 చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు
పన్నీర్	:	100 గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా గిన్నెలో నెయ్యి వేడి చేసి దాంట్లో ఉల్లిముక్కల్ని వేపి గరంమసాలా వేసి ఫ్రై చేసి తరువాత అల్లం, వెల్లుల్లి మిర్చి వేసి ఫ్రై చేసి దాంట్లో కారం, పసుపు, జీలకర్ర టమాటా ముక్కలు వేసి ఉడికించాలి. టమాటాలు ఉడికిన తరువాత పెరుగు వేసి కలిపి దించాలి. దాంటో పన్నీర్ తురుము, కొత్తిమీర, సరిపడ ఉప్పు కలిపి ఉంచాలి. 1కి ఒకటిన్నర ఎసరు పోసి మరిగిన తరువాత కడిగి నానబెట్టి ఉంచిన బియ్యం వేసి మూడొంతులు ఉడికిన తర్వాత తయారుచేసుకున్న కూరను కలిపి సన్నని సెగమీద ఉంచాలి. పూర్తిగాఉడికిన తరువాత దించి రైతా(పెరుగు చట్నీ) తో సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా రైస్

కావలసినపదార్థములు:

బియ్యం	:	1 డబ్బా
ఉల్లిపాయలు	:	మూడు

టమాటాలు	:	నాలుగు
అల్లంముక్క	:	చిన్నముక్క
మెంథాల్	:	5 గ్రాములు
కొబ్బరి	:	1/2 చిప్ప
లవంగాలు	:	1 చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	నాలుగు
డాల్డా లేదా నెయ్యి	:	100 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యం కడిగి వడగట్టాలి. టమాటా, కొబ్బరి, ఎండుమిర్చి, అల్లం బాండీలో వేసి వేపి మెత్తగా మిక్సీ వేసి ఉంచాలి. బాండీలో నెయ్యి వేసి మసాలా దినుసులన్నీ వేసి వేగిన తరువాత ఉల్లి,మిర్చి ముక్కలు వేసి వేపి బియ్యం కూడా పోసి బాగా వేగాక రుబ్బిన మిశ్రమం, ఉప్పు, పొదీనా ఆకులు వేసి నీళ్ళు పోసి కుక్కర్‌తో పెట్టి ఉడికిన తరువాత తీసి వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

నట్ కోకోపలావు

కావలసిన పదార్థములు:

కొబ్బరి తురుము	:	1 కప్పు
బాస్మతిరైస్	:	2 కప్పులు
జీడిపప్పు	:	1/2 కప్పు
కిస్‌మిస్	:	1/4 కప్పు
ఛాయమినప్పప్పు	:	1 చెంచా
ఆవాలు	:	1 చెంచా
దాల్చిన చెక్క	:	4 చిన్న ముక్కలు
యాలకులు	:	8
ఎండుమిర్చి	:	7
బిరియాని ఆకులు	:	4
లవంగాలు	:	8
కరివేపాకు	:	2 రెమ్మలు
నెయ్యి	:	1/2 కప్పు
పాలు	:	4 కప్పులు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాస్మతి రైస్‌ను కడిగి అరగంట సేపు నీటిలో నానపెట్టాలి. ప్రెషర్ పాన్‌లో కొంచెం నెయ్యి వేసి జీడిపప్పు, కిస్‌మిస్ వేసి వేపాలి. వాటిని తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. మిగిలిన నెయ్యి కూడా వేసి ఛాయమినప్పప్పు, ఆవాలు, కరివేపాకు, లవంగాలు, యాలకులు, దాసినచెక్క, ఎండుమిర్చి వేసి వేపాలి. తరువాత కొబ్బరి తురుము కూడా వేసి కలుపుతూ రెండు నిమిషాలు వేపాలి. తరువాత నీటిని వార్చి బియ్యాన్ని కూడా వేసి కలుపుతూ వేపుకోవాలి. ఈ లోపల పాలను కాగపెట్టి ఉంచాలి. కొద్దినిమిషాలు వేపిన తరువాత కాచిన పాలు, సరిపడ ఉప్పు, వేసి ఉడికించాలి. ఉడికి బుడగలు వస్తున్నప్పుడు మంట తగ్గించి కలుపుతూ ఉడికించాలి. అన్నం ఉడికిన తరువాత మూతపెట్టి ఐదునిమిషాలు మగ్గనివ్వాలి. తరువాత తీసి సర్వింగ్ ప్లేట్లలో పెట్టి పైన వేపిన జీడిపప్పు కిస్‌మిస్‌లను చల్లి వేడి వేడిగా ఉల్లి రైతాతో సర్వ్ చెయ్యాలి.

చికెన్ బిరియాని

కావలసిన పదార్థములు:

కోడిమాంసం	:	*250గ్రాములు (మెత్తనిది)*
ఉల్లిపాయలు	:	*మూడు*
పచ్చిమిర్చి	:	*మూడు*
పెరుగు	:	*ఒక కప్పు*
పసుపు	:	*చిటికెడు*
కారం	:	*కొంచెం*
నెయ్యి	:	*50 గ్రాములు*
అల్లం	:	*చిన్న ముక్క*
వెల్లుల్లి	:	*ఒకటి*
గరం మసాలా	:	*ఒక ప్యాకెట్*
పలావు బియ్యం	:	*250గ్రాములు*
ఉప్పు	:	*సరిపడా*

తయారుచేయు విధానం:

పలావు బియ్యాన్ని రాళ్ళు లేకుండా శుభ్రం చేసి నానపెట్టి వుంచాలి.కోడి మాంసాన్ని చిన్నచిన్న ముక్కలుగా తరిగి వుంచుకోండి.ఒక బాణలిలో నూనె పోసి బాగా కాగాక ఉల్లిపాయలు వేసి బాగా వేగనివ్వండి.పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసి బాగా కలియబెట్టండి. కొంచెం ఉడికాక మాంసం ముక్కల్ని వేసి ఉడకబెట్టాలి.ముక్కలు బాగా ఉడికిన తరువాత పెరుగు, కొత్తిమీర వేసి దింపేయండి. వేరే ఒక దబరాలో నీళ్ళు పెట్టి– నీళ్ళు బాగా కలిసేలా చేసి కాగిన తరువాత అందులో పలావు వేయండి. సుమారు ముప్పాతిక భాగం ఉడికాక– అందులో వున్న గంజిని వార్చాలి.అంతకు ముందు తయారుచేసి వుంచుకున్న మసాలాలన్నీ అందులో కలపాలి. నెయ్యి కలిపి– మగ్గనివ్వాలి.పొడిపొడి లాడుతూ అత్తెసరులా ఇగిరిపోతుంది. మూత ప్రక్కల నుంచి పొగరాగానే దింపేయాలి. ఆలస్యం చేస్తే మాడిపోతుంది.

పైనాపిల్ ఫ్రైడ్ రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

పైనాపిల్ పీసెస్	:	1 కప్పు
ఉడికిన రైస్	:	3 కప్పులు
ఉల్లికాడల పీసెస్	:	1/2 కప్పు
పచ్చిబఠాణీ	:	1/4 కప్పు
మొక్కజొన్నలు	:	1/4 కప్పు
కాబూలీ శనగలు	:	1/4 కప్పు
టమాటా ముక్కలు	:	1/4 కప్పు
సోయాడాన్ సాస్	:	2 చెంచాలు
టమాటా సాస్	:	1 చెంచా
పంచదార	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
పెప్పర్	:	సరిపడ
అల్లం పేస్టు	:	1చెంచా
వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1 చెంచా
నూనె	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బఠాణీ, మొక్కజొన్న శనగలు ఉడికించి ఉంచాలి. పాన్‌లో నూనె వేపి పొడి చేయాలి.ఆ నూనెలో అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు వేసి కలుపుతూ వేపాలి. వేగిన ఆ పేస్టుకి ఉల్లికాడల ముక్కలు, క్యాప్సికమ్ ముక్కలు వేసి వేపాలి. గ్రీజ్డ్ బేకింగ్ ట్రేలో మిశ్రమాన్ని పోసి 380 డిగ్రీల ఫారన్ హీట్ 190 డిగ్రీల సెం.గ్రేడ్ వరకు ప్రీహీట్ చేసి అరగంట పాటు బేక్ చేయాలి.బంగాళాదుంపలను ఉడికించి తొక్కుతీసి వాటిని మెత్తగా మెదిపి ఆ పేస్టుకి ట్రేలోని మిశ్రమం వేడి అయిన తరువాత పైన చల్లి బేక్ చేయాలి.

కాలీఫ్లవర్ బిర్యాని

కావలసిన పదార్థములు:

బాస్మతి బియ్యం	:	2 కప్పులు
పెద్ద ఉల్లిపాయలు	:	4
కాలీఫ్లవర్	:	1 కప్పుముక్కలు
పచ్చిమిర్చి	:	6
పెరుగు	:	1/2 కప్పు
నూనె	:	100 గ్రాములు
తురిమినకొబ్బరి	:	6 చెంచాలు
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
జీలకర్రపొడి	:	1చెంచా
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడా
నెయ్యి	:	2 స్పూన్లు
జీడిపప్పు	:	25 గ్రాములు
కర్వేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
నిమ్మకాయలు	:	2
మసాలాపొడి	:	1 స్పూను
ఆవాలు	:	3 టీ.స్పూన్లు
ఇంగువ	:	కొద్దిగా
పసుపుపొడి	:	1/2 టీ స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి పావుగంట నీటిలో నానబెట్టవలెను. ఉల్లిపాయలను అంగుళము పొడవు గల ముక్కలుగా కోసి ఉంచుకోవాలి.కాలీఫ్లవరు శుభ్రముగా కడిగి చిన్న చిన్న గుత్తులుగా తరిగి ఉంచుకోవాలి. బరువుగల పాత్రలో కొంచెంగా నూనె వేడిచేసి ఆవాలు వేయించవలెను. ఆవాలు వేగిన తరువాత తరిగిన పచ్చిమిర్చి, ఇంగువ, కర్వేపాకు, జీడిపప్పు వేసి వేయించాలి. అందులోనే ఉల్లిపాయ ముక్కలు, కాలీఫ్లవరు గుత్తులు వేసి వేయించాలి. బియ్యం వడపోసి అందులో వేసి ఒక నిమిషము తడిపోయేదాకా వేయించాలి. వేడినీరు నాలుగు కప్పులు పోసి తగినంత ఉప్పు, పసుపు వేసి ఆ నీరు కాగి మరగ ప్రారంభము కాగానే చిలికిన పెరుగు, ధనియాలపొడి, జీలకర్రపొడి, మసాలా పొడి వేయాలి. సెగను తగ్గించి గాలిపోని విధంగా, మూత బిగువుగా పెట్టాలి. పావుగంట లేక 20 నిమిషాలపాటు నీరు పూర్తిగా ఇంకిపోయేవరకూ ఉడికించాలి. తరువాత మూత తీసి నెయ్యి వెయ్యాలి.తురిమిన కొబ్బరి, సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర పైన చల్లి, వడ్డించేటప్పుడు నిమ్మకాయ ముక్కలు కోసి నిమ్మకాయ ముక్క ప్రక్కన ఉంచి సర్వ్ చెయ్యాలి.

మటన్ పలావు

కావలసిన పదార్థములు:

మటన్	:	ఒక కిలో
పలావు బియ్యం	:	ఒక కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు పెద్దవి
పచ్చిమిర్చి	:	ఇరవై
జీడిపప్పు	:	200 గ్రాములు
నెయ్యి	:	ఆరు స్పూనులు
కొత్తిమీర	:	రెండు కట్టలు
లవంగాలు	:	పదహారు
మిరియాలు	:	పదహారు
యాలుకులు	:	ఎనిమిది
బెల్లం ముద్ద	:	రెండు స్పూనులు
వెల్లుల్లి ముద్ద	:	రెండు స్పూనులు
పచ్చిమిర్చి	:	ఎనిమిది

అల్లం	:	చిన్న ముక్క
దాసిన చెక్క	:	10 గ్రాములు
గసగసాలు	:	50 గ్రాములు
ధనియాలు	:	50 గ్రాములు
పలావు ఆకులు	:	10 గ్రాములు
కొబ్బరికాయ	:	ఒకటి
నిమ్మకాయలు	:	నాలుగు
పుదీనా	:	ఒక కట్ట
ఉప్పు	:	సరిపడా
పెరుగు	:	లీటరు
మరాటీ మొగ్గ	:	10 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

పచ్చిమిర్చి- గసగసాలు- అల్లం- ధనియాలు- వీటిని దేనికదే మెత్తగా నూరాలి. కొబ్బరి తురిమి పాలు తీయాలి. ఉల్లిపాయలు నిలువుగా తరిగి పెట్టుకోవాలి. మాంసాన్ని చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోసి పెరుగు-నాలుగు నిమ్మకాయల రసం పిండి తగిన ఉప్పు వేసి నూరి పెట్టుకున్న ఒకటవ నెంబరులో వున్నవన్నీ సగం-సగం అల్లం - వెల్లుల్లి వేసి బాగా కలిపి ఒక దళసరి గిన్నెను పొయ్యి మీద పెట్టి నెయ్యి పోసి బాగా కాగిన తరువాత మాంసం ముక్కలు వేయాలి. నీరు అంతా ఇగిరిపోయాక గసగసాల ముద్ద ధనియాలు ముద్ద బాగా కలిపి ఇగరబెట్టాలి. ఒక పెద్ద బాణలి తీసుకుని అందులో నెయ్యి పోసి పొయ్యి మీద పెట్టాలి. ఉల్లిపాయలు దోరగా వేయించుకోవాలి. చెక్క, లవంగాలు, జీడిపప్పు, మరాటి మొగ్గ, పలావు ఆకు నెయ్యి కాసేపు వేగనివ్వాలి. బాగా వేగాక మిగిన అల్లం ముద్ద- వెల్లుల్లి ముద్ద నెయ్యిలో వేసి కొంత సేపు వేగాక అరలీటరు కొబ్బరిపాలు- లీటరు నీళ్ళు వొలిచి పోసుకోవాలి. పుదీనా- కొత్తిమీర- సరిపడా ఉప్పు వేసి మరగనివ్వాలి. బియ్యం కడిగి ఎసరు మరిగేటప్పుడు బియ్యం వేయాలి. అన్నం పూర్తవుతుండగా మాంసంకు-ఉల్లిపాయలను ఉడుకుతున్న బియ్యంలో వేసి బాగా కలబెట్టి మూతపెట్టాలి. క్రింద మంట తీసి పైన పళ్ళెంలో కొన్ని బొగ్గులు వేయాలి. పది నిమిషాలు వుంచి దింపేయాలి. దీనిలో పెరుగు పచ్చడిగాని- కుర్మాకాని కలుపుకుంటే బాగుంటుంది.

వంకాయ పలావు

కావలసిన పదార్థములు:

బాసుమతి బియ్యం	:	1/2 కిలో
యాలకులు	:	2
లవంగాలు	:	3
దాసినచెక్క	:	చిన్నముక్క
ఉల్లిపాయలు	:	4
నెయ్యి	:	3 స్పూన్లు
లేత వంకాయలు	:	1/4 కిలో
ఆవాలు	:	1/2 టీ స్పూన్లు
పసుపుపొడి	:	1/4 టీస్పూన్
ఉప్పు	:	తగినంత
కర్వేపాకు	:	కొద్దిగా
జీడిపప్పులు	:	12

పేస్టు చేసుకోవాలసినవి:

తురిమిన కొబ్బరి	:	1 టీస్పూన్
మిరియాలు	:	1/4 టీస్పూన్
ధనియాలు	:	2 స్పూన్లు
శనగపప్పు	:	1 టీస్పూను
మినప్పప్పు	:	1 టీస్పూను
ఎండుమిర్చి	:	5
ఇంగువ	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పావు గంట నానపెట్టాలి. అడుగున మందము కలిగిన పాత్రలో పొయ్యిమీద ఉంచి దాంట్లో రెండు స్పూన్లు నెయ్యివేసి వేడిచేసి దాల్చినచెక్క, లవంగాలు, యాలుకులు వేసి వేయించాలి.దాంట్లో సన్నగా నిలువుగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేసి పూర్తిగా వేగేవరకూ వేయించాలి అందులో శుభ్రముగా కడిగిన బాసుమతి బియ్యం వడకట్టినవి వేసి కలయబెట్టాలి. మంట తగ్గించి పాత్రపై

మూతపెట్టి పావుగంటలేక ఇరవై నిమిషములపాటు అన్నము ఉడికిన తరువాత స్టవ్ మీద నుంచి దించాలి. వంకాయ నిలువుగా ముక్కలు కోసి మనం వాడే వరకూ ఉప్పు నీటిలో వుంచాలి. బాణలిలో నెయ్యివేసి కాగాక ఆవాలు, కరివేపాకు, వంకాయముక్కలు వేసి వేయించాలి. వంకాయ వేగిన తరువాత నూరిన మసాలా ముద్దవేసి, కమ్మని వాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి. బాణలితో పొయ్యిమీద నుంచి దించాలి. అన్నము ఉడికిన పాత్రను పొయ్యిమీద పెట్టి, వంకాయ మసాలాను అన్నములో వేసి కొద్దిగా నెయ్యివేసి కలియబెట్టాలి. వేడిగా వుండేవరకూ ఉంచి పాత్రను దించి వేడిగా వడ్డించాలి. అంతేగాక నీటికి బదులుగా కొబ్బరిపాలతో అన్నము ఉడికించవచ్చు. వంకాయలు వేయించేటప్పుడు ఉల్లిపాయలు, వెల్లుల్లిపాయ ముక్కలు వేయవచ్చు.

ఆంధ్రాకోడిపలావు

కావలసిన పదార్థాలు :

బాస్మతి రైస్	:	1కిలో గ్రా॥
చికెన్	:	1500 గ్రా॥
జీడిపప్పు	:	100 గ్రా॥
డాల్డా	:	500 గ్రా॥
నెయ్యి	:	100 గ్రా॥
గరంమసాలా	:	10 గ్రా॥
అల్లంవెల్లుల్లిపేస్ట్	:	100 గ్రా॥
పసుపు	:	పావు టీ స్పూన్
మిర్చిపొడి	:	50 గ్రా॥
సాజీర	:	10 గ్రా॥
పెరుగు	:	250 గ్రా॥
పుదీనా	:	5 కట్టలు
ఉల్లిపాయలు	:	100గ్రా
నిమ్మరసం	:	4 టేబుల్ స్పూన్లు
ఉప్పు	:	తగినంత
యాలకులు, లవంగాలు, దాల్చిన	:	5
స్పార్ మసాలా (అనస్పూ)	:	2

తయారుచేయు విధానం :

చికెన్‌ని మీడియం సైజు ముక్కలుగా కట్‌చేయాలి. వాటికి అల్లం, వెల్లుల్లిపేస్ట్, పసుపు, మిర్చిపొడి, పెరుగు, గరంమసాలా (కొంచెం) వేయించిన ఉల్లిపాయముక్కలు, నిమ్మరసం, కరిగించిన డాల్డా కలిపి మిశ్రమాన్ని అరగంటసేపు నానబెట్టాలి. బాస్మతి రైస్‌ని కడిగి పావుగంట నానబెట్టాలి. ఒక గిన్నెలో 2 లీటర్ల నీటిని పోసి మరగబెట్టి అందులో సాజీరా, పుదీనా, అనస్పూ, యాలకులు, లవంగాలు, దాల్చిని, ఉప్పు వేయాలి. బియ్యం సగం ఉడికిన తర్వాత మసాలాతో సహా వడగట్టిచ చికెన్‌పై వేయాలి. దానిలో నెయ్యి, గరంమసాలా, వేయించిన ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పుదీనా చల్లాలి. గిన్నెపైన మూతపెట్టి, ఆవిరిపోకుండా మూత చుట్టూరా మైదాపిండి ముద్దతో మూసేయాలి. స్టౌ మీద పెనం ఉంచి, దానిపై చికెన్ పలావుగిన్నె పెట్టి మంట పెద్దదిగా చేసి పదిహేను నిమిషాలు ఉడకనివ్వాలి.

ఘీ రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బాసుమతి బియ్యము	:	250 గ్రాములు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	6
జీడిపప్పు	:	25గ్రాములు
క్యారెట్‌ఉల్లిపాయలు	:	1
బంగాళాదుంపలు	:	1
బెంగుళూరు మిర్చి	:	2
పెద్దచిక్కుడుకాయలు	:	8
కాలీఫ్లవర్	:	1 కప్పు చిన్నముక్కలు
పచ్చిబఠాణీ గింజలు	:	1/4 కప్పు
నెయ్యి	:	3 స్పూన్లు
ఉప్పు	:	తగినంత
బిరింజిఆకు	:	1
లవంగాలు	:	3
యాలకులు	:	2
తరిగిన కొబ్బరి	:	2 స్పూన్లు

కుర్మా చేయు పద్ధతి.

కరట్,బంగాళాదుంపలు, కాలీఫ్లవరు, చిక్కుడు కాయలు పెద్దముక్కలుగా తరగాలి. తురిమిన కొబ్బరి, అల్లము, ఉల్లిపాయలు, కొత్తిమీర, వెల్లుల్లి, వేగిన పచ్చిమిరపకాయలు అన్నీ కలిపి మెత్తగా నూరాలి. ఉల్లిపాయలు కొంచెము సేపు నూనెలో వేసి వేగాక రుబ్బిన మసాలా ముద్ద వేసి కమ్మటి వాసన వచ్చే వరకూ వేపి కొంచెం నీరు, తగినంతగా ఉప్పువేసి వేగనివ్వాలి.

తయారుచేయు విధానము:

బాసుమతి బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి. బాణలిలో కొంచెము నెయ్యివేసి దానిలో బియ్యం వేసి తడి ఆరేటంతవరకూ వేయించాలి. కూరగాయలను రెండు అంగుళముల పొడవుగల ముక్కలుగా తరగాలి. స్త్ర కొబ్బరి తురుము కొంచెము నీరు చల్లి మెత్తగా నూరి, వడకట్టి కొబ్బరిపాలు తీయాలి. మరల నీరుపోసి రెండవసారి కూడా కొబ్బరిపాలు తీయవలెను.అంతా కలిపి కొబ్బరిపాలు వచ్చేవరకూ నీరు కలపాలి. ప్రెషర్ కుక్కర్‌లో కొంచెము నూనెవేసి గరంమసాలా, పచ్చిమిరపకాయలు వేసి వేయించాలి. దాంట్లో ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి కలపాలి. ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేగిన తరువాత కూరగాయ ముక్కలు వేసి పెద్దసెగలో వేయించాలి. అవి ఉడికిన తరువాత కొబ్బరిపాలు పోసి మరగడం మొదలుపెట్టగానే బియ్యము, తగినంత ఉప్పువేసి కలియబెట్టాలి. సెగతగ్గించి మూతపెట్టి బరువుపెట్టి పావుగంటసేపు ఉడికించాలి. అన్నము ఉడికిన తరువాత దానిమీద తరిగిన కొత్తిమీర, వేయించిన జీడిపప్పు అలంకరించి కుర్మావేసి వడ్డించాలి.

థాయ్ చికెన్ విత్ రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బాస్మతి రైస్	:	150 గ్రాములు
బోన్‌లోన్ చికెన్	:	150 గ్రాములు
రెడ్ ఛిల్లీసాస్	:	1 1/2 టీ స్పూను
సోయాబీన్ సాస్	:	1 1/2 టీ స్పూను
పీనట్ సాస్	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు

అజినోమోటో	:	పావు టీ స్పూను
పెప్రికా పౌడర్	:	పావు టీస్పూను
మిరియాలపొడి	:	పావు టీ స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత
గరం మసాలా	:	అర టీ స్పూను
మిర్చిపొడి	:	అర టీస్పూను
మైదా	:	అర టీ స్పూను
గుడ్డు	:	1
క్యాప్సికం	:	1
వెల్లుల్లిఖీమా	:	8
స్ప్రింగ్ ఆనియన్	:	1రెమ్మ

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా, సరిపడి సన్నిపల్లీలు వేయించి పొట్టు తీసేయాలి. చిటికెడు ఉప్పు, కొంచెం చక్కెర, కొన్నిపాలుపోసి మిక్సీలో వేసి పీనట్‌సాస్ తయారుచేసుకోవాలి. చికెన్ ముక్కలకి కొద్దిగా రెడ్ చిల్లీసాస్, పావు టీ స్పూన్ సోయాబీన్ సాస్,చిటికెడు అజినోమోటో, మిరియాలపొడి, గరం మసాలా 1 టీ స్పూను రిఫైన్డ్ ఆయిల్ కలిపి మిశ్రమం చేయాలి. బాస్మతి రైస్‌ని వండి వార్చి ఉంచుకోవాలి. ఒక కడాయిలో నూనె వేడిచేసి వెల్లుల్లి ఖీమాని వేయించాలి. దానిలో వార్చిన అన్నం, అజినోమోటో, ఉప్పు, మిరియాలపొడి వేసి ఫ్రైడ్ రైస్ తయారుచేయాలి. దీనిని ఒక ప్లేట్‌లో అమర్చుకోవాలి. మరో కడాయిలో నూనెవేడి చేసి క్యాప్సికం ముక్కలు,చికెన్ మిశ్రమం, క్యాప్సికం ముక్కలు,పీనట్‌సాస్ మసాలాలు అన్నీ దోరగా వేయించాలి. చికెన్ ముక్కలు గట్టిపడగానే ఫ్రైడ్ రైస్ మీద వేసి అతిథులకి అందించండి.

మెంతికూర పలావు

కావలసిన పదార్థములు:

బాసుమతి బియ్యం	:	500 గ్రాములు
వెల్లుల్లి	:	10
ఉల్లిపాయలు	:	6

చారుపొడి	:	2 స్పూన్లు
పచ్చిమిర్చి	:	8
మెంతిఆకు	:	5 కట్టలు
ఉడకబెట్టిన బఠానీలు	:	1 కప్పు
నిమ్మకాయలు	:	2
ఉప్పు	:	రుచికిసరిపడ
దాసినచెక్క	:	1 అంగుళంముక్క
లవంగాలు	:	8
మరాటిమొగ్గ	:	6
నెయ్యిగానీ, నూనెగాని	:	100 గ్రాములు

చారుపొడికి:

కందిపప్పు	:	1/2 కప్పు
కరివేపాకు	:	1/2 కప్పు
ఎండుమిరపకాయలు	:	కప్పు
ధనియాలు	:	1 టీ స్పూను
మిరియాలు	:	1 టీ స్పూను
ఆవాలు	:	1 టీ స్పూను
మెంతులు	:	1 టీ స్పూను
జీలకర్ర	:	1 స్పూను

– అన్నింటిని విడివిడిగా కొద్దిగా నూనె వేసి వేయించి చల్లారాక కలిపి పొడికొట్టాలి.

తయారుచేయు విధానం:

బాసుమతి బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పదినిమిషములు నానపెట్టాలి. ఉల్లిపాయలు 1/2 అంగుళము ముక్కలుగా తరగాలి. వెల్లుల్లి పై పొరను వలిచి పెట్టుకోవాలి. మెంతిఆకు కాడలు తుంచి (ఆకులు తరిగిన చేదు వస్తుంది) శుభ్రంగా కడగాలి. ప్రెషర్‌పాన్‌లోగాని, వెడల్పుగల బాణలిలో గానీ మసాలా పదార్థములు, వెల్లుల్లి వేసి వేయించాలి. దాంట్లో ఉల్లిపాయలు వేసి రంగుమారేవరకూ వేయించాలి. దాంట్లో మెంతిఆకు వేసి ఆది ఇంకే వరకూ వేయించాలి. కొంచెముసేపు కలియబెట్టి దాంట్లో ముప్పావు లీటరు నీరు పోసి మరిగిన తరువాత బియ్యం, ఉప్పు, చారుపొడి వేసి మూతపెట్టి సెగతగ్గించి పదినిమిషములపాటు ఉడకబెట్టాలి. బియ్యం ఉడికిన

తరువాత పొయ్యిమీద నుంచి దించి, నిమ్మకాయరసం వేసి కలయపెట్టాలి. వేడిగా పెరుగు పచ్చడితో వడ్డించటమే.

మిలీనియం చికెన్ రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బాయిల్డ్ చికెన్	:	ఒకటి
బాస్మతీరైస్	:	750 గ్రాములు
పుదీనా	:	1 కట్ట
పలావు ఆకులు	:	రెండు
గరం మసాలా	:	5 గ్రాములు
పెరుగు	:	3 కప్పులు
కారం	:	2 టీ స్పూన్లు
పచ్చిమిర్చి	:	15 గ్రాములు
అల్లం,వెల్లుల్లి	:	2 టీ సూన్లు
నెయ్యి	:	75 గ్రాములు
ఉప్పు	:	తగినంత
గోధుమపిండి	:	500 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

పెద్ద గిన్నెలో శుభ్రం చేసి బాయిల్డ్ చికెన్ ముక్కల్ని వేసి వాటికి పెరుగు,ఉప్పు, అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద, గరం మసాలా,కారం, వేయించిన ఉల్లిపాయ ముక్కలు, ఉప్పు పట్టించి అరగంటసేపు నానపెట్టండి.ఓ గిన్నెలో నీళ్లను మరిగిస్తూ ఎసరుపెట్టండి. ఇందులో పుదీనా, కొంచెం అల్లం,వెల్లుల్లి, ఉప్పు, పలావు ఆకులు వేయండి. ఇందులోనే కడిగిన బాస్మతి రైస్‌నూ వేసి సగం వరకూ ఉడికించి నీళ్ళను వార్చండి. సగం ఉడికిన రైస్‌ను చికెన్ నానబెట్టిన పాత్రలో వేసి నెయ్యి పోసి పొయ్యిమీద చాలా సన్నని మంటపై ఉడికించండి. ఈ పాత్రమీద మూత ఉంచి, దాని చుట్టూ గోధుమపిండితో అతికించి దమ్ పెట్టండి. ఇందువల్ల బయటకుపోదు. ఇప్పుడు మూత మీద నిప్పులు వేయండి. సుమారు అరగంట తరువాత దించండి. వేడి వేడి మిలీనియం చికెన్ రైస్ రెడీ!

క్యాబేజి రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	2 కప్పులు
క్యాబేజి	:	1/4 కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	2
నూనె	:	50 గ్రాములు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ

నూరుకోవలసినవి:

తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	:	1/2 కప్పు
చట్నీశనగపప్పు	:	5 స్పూన్లు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	5
అల్లము	:	1 అంగుళము ముక్క
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు

పోపు పెట్టటానికి:

ఆవాలు	:	1 టీస్పూను
మినప్పప్పు	:	2 టీస్పూను
శనగపప్పు	:	1 టేబుల్ స్పూను
జీలకర్ర	:	1 టీస్పూను
ఎండుమిర్చి	:	5
జీడిపప్పు	:	25 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అరగంటసేపు నీటిలో నానపెట్టి, కొంచెము బిరుసుగా వుండేలాగున అన్నము వండి వార్చాలి. అన్నములో రెండు స్పూన్‌లు నెయ్యివేసి వెడల్పుగల పళ్ళెములో పోసి చల్లార్చి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లుగా కలపాలి. మసాలా నూరునప్పుడు కొద్దిగా నీరు పోసి నూరాలి. వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి కాగాక పోపు సామానులు వేసి ఒక్కొక్కటి వేగిన తరువాత మరొకటి వేయాలి. అన్నీ వేగిన తరువాత దాంట్లో సన్నని తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేగేదాకా వేయించాలి. సన్నగా తరిగిన క్యాబేజి వేసి మెత్తగా ఉడికేవరకూ ఉడికించాలి. దాంట్లో

నూరిన మసాలా వేసి కమ్మని సువాసన వచ్చేదాకా కలుపుతూ వేయించాలి. దాంట్లోనే అన్నము, ఉప్పువేసి పెద్ద సెగలో రెండు నిమిషములు కలియబెడుతూ వేయించాలి. స్టవ్‌మీద నుంచి దించి పైన కొత్తిమీర, కర్వేపాకు చల్లి అలంకరించి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

క్యారట్ రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	2 కప్పులు
క్యారట్	:	6
ఉల్లిపాయలు	:	4
వేరుశనగపప్పు	:	4 స్పూన్లు (వేపి పొడి చేసుకోవాలి)
నూనె	:	50 గ్రాములు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
దాసినచెక్క	:	చిన్న ముక్క
లవంగాలు	:	6

మసాలాపొడికి కావలసినవి

ధనియాలు	:	3 టీ స్పూన్లు
జీలకర్ర	:	2 స్పూన్లు
ఎండుమిర్చి	:	8
తురిమిన కొబ్బరి	:	4 స్పూన్లు

(వీటినన్నింటిని కొద్దిగా నూనె వేసి ఆఖరుగా తురిమిన కొబ్బరి వేసి వేయించి చల్లార్చి మిక్సీలో పొడి చేయాలి)

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అరగంటసేపు నీటిలో నానపెట్టి, బిరుసుగా వుండేటట్లుగా అన్నము వండాలి. అన్నము వార్చిన తరువాత పళ్ళెములో పోసి చల్లార్చి మెతుకులు కలవకుండా కదపాలి. ఉల్లిపాయ సన్నగా తరగాలి. క్యారట్ వేడినీళ్ళలో రెండు నిమిషములుంచిన తరువాత సన్నగా తరగాలి. వెడల్పుగల బాణలిలో నూనె పోసికాగిన తరువాత దాసినచెక్క, లవంగాలు, ఉల్లిపాయ ముక్కలు

వేసి వేయించాలి. దాంట్లో తురిమిన క్యారట్ వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి. అవసరమయిన కాసిన నీళ్ళు చల్లాలి. దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు, మసాలాపొడి వేసి పెద్దసెగలో కొంచెము సేపు వేయించాలి.స్టవ్‌మీద నుంచి వేగాక దింపే ముందు వేరుశనగపొడి చల్లి వేడివేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

సూచన:- బాసుమతి బియ్యము ఎక్కువసేపు నీటిలో నానపెట్టరాదు. నానపెట్టిన బియ్యములో సువాసన తగ్గే అవకాశముంది.

చికెన్ లెగ్ బిర్యాని

కావలసిన పదార్థములు:

బాస్మతి రైస్	:	1 కి.గ్రా
బిర్యాని ఆకు	:	5గ్రాములు
చికెన్‌లెగ్ పీసులు	:	4
ఖాజూ	:	50 గ్రాములు
నువ్వులు	:	50 గ్రాములు
అల్లం,వెల్లుల్లిపేస్ట్	:	50 గ్రాములు
ఉల్లిపాయ	:	1
పచ్చిమిర్చి	:	5
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
యాలకులు	:	5 గ్రాములు
ధనియాలు	:	10 గ్రాములు
లవంగాలు	:	6
దాల్చినచెక్క	:	5 గ్రాములు
చింతపండు	:	కొద్దిగా
నల్ల మిరియాలు	:	5 గ్రాములు
నిమ్మకాయ	:	1
మిర్చిపొడి	:	30 గ్రాములు
సోంపు	:	10 గ్రాములు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	కొద్దిగా
నెయ్యి	:	కొద్దిగా
పుదీన	:	1 కట్ట
కొత్తిమీర	:	1కట్ట

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాస్మతి రైస్‌ని కడిగి పావుగంట నానబెట్టాలి. ఉల్లిపాయ ముక్కలు, ఉప్పు,పచ్చిమిర్చి, ధనియాలు, యాలకులు,లవంగాలు,చింతపండు, దాల్చినచెక్క, సోంపు, మిరియాలు, నిమ్మకాయ రసం అన్నింటినీ రుబ్బి బిర్యానీ పేస్ట్ తయారు చేసుకోవాలి. చికెన్‌లెగ్ పీసులను కొద్దిగా బిర్యాని పేస్ట్, మిర్చిపొడి వేసి కలిపి నానపెట్టాలి. గిన్నెలో ఆయిల్,నెయ్యి, వేడిచేసి దానిలో మిగిలిన బిర్యానీ పేస్ట్, బిర్యానీఆకు, అల్లం వెల్లుల్లిపేస్ట్, ఖాజూ, పుదీనా, కొత్తిమీర,నువ్వులు,ఉప్పు వేసి వేయించాలి. బియ్యం ఉడకడానికి సరిపడినన్ని నీళ్ళకంటే తక్కువ అందులో వేయాలి. ఎసరు మరిగిన తరువాత నానపెట్టిన రైస్ వేసి అన్నం పలుకుమీద ఉండగానే దించేయాలి. మరో గిన్నెలో కొద్దిగా నెయ్యి వేడిచేసి లెగ్ పీసులను వేయించాలి. ఐదు నిమిషాల తరువాత వాటిపై అన్నం వేసి గిన్నె అంచులు మూసి పదినిమిషాలు సన్నని సెగపై ఉడికించాలి.

పెరుగు అన్నము

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	2 కప్పులు
పాలు	:	అర లీటరు
పెరుగు	:	2 కప్పులు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
పచ్చిమిర్చి	:	15
మీగడ	:	2 స్పూన్లు
నూనె	:	50 గ్రాములు
సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర	:	2 స్పూన్లు

పోపుకి కావలసినవి:

ఆవాలు	:	1 టీస్పూను
మినపప్పు	:	2 టీస్పూను
పచ్చిసెనగపప్పు	:	2 టీస్పూను

తయారుచేయు విధానము:

బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి మెత్తగా అన్నము వండాలి. అన్నము వార్చిన తరువాత చల్లారపెట్టాలి. చిక్కటిపాలు అన్నములో పోసి అన్నములో కలపాలి. బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తరువాత పోపు సామానులు వేసి వేగేదాకా వేయించాలి. దాంట్లో సన్నగా తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు వేసి కొంచెము సేపు వేయించి, అన్నములో కలపాలి. దాంట్లో ఉప్పు, మీగడ వేసి కలపాలి. వడ్డించటానికి ఒక గంటముందు పెరుగుపోసి కలపాలి. సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర పైన చల్లాలి. వడ్డించటానికి పెరుగు అన్నము రెడీ. అన్నములో సన్నగా తురిమిన కేరట్, కీరదోసకాయ, అల్లము, పచ్చిమామిడి కాయ, తియ్యటి ద్రాక్షపండ్లు కూడా కలిపితే ఇంకా రుచిగా ఉంటుంది.

కరివేపాకు అన్నము

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	2 కప్పులు
చిన్న ఉల్లిపాయలు	:	1/2 కప్పు
వెల్లుల్లిపాయలు	:	12
టమాటాలు	:	4
ఉప్పు,	:	తగినంత
నూనె	:	50 గ్రాములు
జీడిపప్పులు	:	20
దాసినచెక్క	:	1 అంగుళం ముక్క
లవంగాలు	:	4

నూరుకోవలసినవి:

వెల్లుల్లిపాయలు	:	8
లేత కరివేపాకు	:	1/2 కప్పు
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	:	5 టేబుల్ స్పూన్లు
ఎండుమిరపకాయలు	:	15
చింతపండు	:	తగినంత
ఇంగువ	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి అన్నము వండాలి. వెడల్పుగల పళ్ళెములో అన్నము పోసి స్పూన్ నెయ్యి కలిపి, చల్లార్చి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లుగా కలపాలి. చిన్న ఉల్లిపాయలు, టమాటాలు, వెల్లుల్లిపాయలు సన్నగా తరగాలి. వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి కాగాక దాసిన చెక్క, లవంగాలు వేయించుకుని తరువాత వెల్లుల్లి, ఉల్లిపాయలు వేసి తరువాత టమాటా ముక్కలు వేసి వేయించాలి దాంట్లో నూరినమసాలా వేసి, కమ్మనివాసన వచ్చేవరకూ పెద్ద సెగ మీద ఉంచి కలుపుతూ వేపాలి. దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు వేసి కలపాలి. స్టవ్‌మీద నుంచి దించిన తరువాత, వేయించిన జీడిపప్పు ముక్కలు పైన అలంకరించి వడ్డించాలి. వెల్లుల్లి చింతపండు లేకుండా కరివేపాకు, మిరపకాయలు, పచ్చికొబ్బరి వేయించి తరువాత నూరాలి.

హైదరాబాదీ స్పెషల్ బిర్యానీ

కావలసిన పదార్థాలు :

చికెన్	:	1 కి.గ్రా
బాస్మతి బియ్యం	:	1.25 కి.గ్రా
వెన్న/డాల్డా	:	250 గ్రా
యాలకులు	:	5 గ్రా॥
లవంగాలు	:	5 గ్రా॥
సాజీరా	:	5 గ్రా
దాల్చినచెక్క	:	5 గ్రా॥
కవాబ్ చీని	:	5 గ్రా॥
ఖాజూపేస్ట్	:	50 గ్రా॥
మిర్చిపొడి	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు
పసుపు	:	అరటీ స్పూన్
పెరుగు	:	200 గ్రా॥
ఉప్పు	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	30 గ్రా।
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
పుదీనా	:	1 కట్ట

ఉల్లిపాయలు	:	300 గ్రా
నిమ్మకాయరసం	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు
అల్లం,వెల్లుల్లిపేస్ట్	:	100 గ్రా
జాఫ్రాన్ కలర్	:	పావు టీ స్పూన్
పాలు	:	పావు లీటర్

తయారుచేయు విధానం :

గరం మసాలాలు అన్నింటినీ తీసుకుని అందులో సగం పొడిచేసి పెట్టుకోవాలి. ఉల్లిపాయ, ముక్కలను నూనెలో దోరగా వేయించి, ఆపై చల్లార్చాలి. తర్వాత వాటిని చేతితో నలిపి పొడిలా తయారుచేసుకోవాలి. ఒక గిన్నెలో చికెన్ ముక్కలు, అల్లం వెల్లుల్లిపేస్ట్, గరం మసాలాపొడి, ఉల్లిపాయలపొడి, నిమ్మకాయరసం, పెరుగు సన్నగా తరిగిన పచ్చిమిర్చి, పసుపు, మిర్చిపొడి, ఉప్పు, ఖాజూపేస్ట్ వేసి–ఆ మిశ్రమాన్ని పావుగంట సేపు నాననివ్వాలి. వేరొక గిన్నెలో ఎసరు మరిగించి, అందులో కొత్తిమీర, పుదీనా, గరం మసాలా (పొడి చేయగా మిగిలినది) కొద్దిగా పచ్చిమిర్చి కలపాలి. ఎసరు మరిగిన తర్వాత బియ్యం వేసి సగం ఉడకనివ్వాలి. ఆ పైన బియ్యాన్ని వడగట్టి చికెన్ మిశ్రమం వున్న గిన్నెలోకి మార్చాలి. బియ్యంపైన జాఫ్రాన్ కలర్ కలిపిన పాలు, వెన్న, వేసి మూతపెట్టాలి. మూతపై బరువు పెట్టి అంచులను మైదాపిండి ముద్దతో మూసేయాలి. ఈ గిన్నెను పావుగంటసేపు ఒక మాదిరి మంటపై ఉడికించాలి.

పొదీనా రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	250 గ్రాములు
పొదీనా	:	1 కట్ట
ఉల్లిపాయలు	:	2
పచ్చిమిరపకాయలు	:	7
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	:	2 టీ స్పూన్లు
చింతపండు	:	తగినంత
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	50 గ్రాములు

పోపుకి కావలసినవి:

ఆవాలు	:	1/2 టీ స్పూను
మినప్పప్పు	:	1 టీస్పూను
శనగపప్పు	:	1 టీస్పూను
జీడిపప్పు ముక్కలు	:	1 టీస్పూను
కరివేపాకు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి కొంచెము అన్నమువండాలి. వెడల్పుగల పళ్ళెములో అన్నమును చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కదపాలి. బాణాలిలో నూనెపోసి బాగా కాగిన తరువాత పచ్చిమిరపకాయలు, పొదీనా ఆకు వేసి వాడేంతవరకూ వేయించాలి. తురిమిన ఎండుకొబ్బరి, చింతపండు, ఉప్పు, పొదీనా ఆకులు, పచ్చిమిరప కాయలు మెత్తగా నూరాలి. వెడల్పు కలిగిన బాణలిలో నూనెపోసి కాగాక పోపుపెట్టి, పోపు వేగాక సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేయించాలి. స్త్ర దాంట్లో నూరిన మసాలా పదార్ధములు వేసి కొద్దినిమిషాలు పచ్చివాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి. కమ్మటివాసన వచ్చాక సెగ తగ్గించి, అన్నముదించి అందులో వేసి బాగా కలపాలి. అన్నము వేడిగా అయ్యాక స్టవ్‌మీద నుంచి దించాలి.

వెజిటబుల్ మసాలా బాత్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	250 గ్రాములు
కందిపప్పు	:	1/4 కప్పు
చింతపండు	:	కొద్దిగా
నూనె	:	75 గ్రాములు
నెయ్యి	:	2 స్పూను
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడా
కరివేపాకు	:	కొద్దిగా

కావలసిన కూరగాయలు:

వంకాయలు	:	6
అరటికాయ(చిన్నది)	:	1

క్యారట్	:	2
గోరుచిక్కుడుకాయలు	:	12
మునగకాయలు	:	2
మామిడికాయ	:	సగము
బంగాళాదుంప(పెద్దది)	:	1
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	:	2
మునగ ఆకు	:	3 టీ స్పూన్లు
పచ్చికొబ్బరి తురుము	:	2 టీ స్పూన్లు

నూరుకోవలసినవి:

పచ్చికొబ్బరి తురుము	:	3 టీ స్పూన్లు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	3
వెల్లుల్లి	:	4 పాయలు
ఎండుమిరపకాయలు	:	5
జీలకర్ర	:	1 టీస్పూను
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	:	5

తయారుచేయు విధానం:

ఉల్లిపాయలు పై పొర తీయాలి. కూరగాయలను శుభ్రంగా కడిగి పెద్ద ముక్కలుగా తరగాలి. పచ్చిమిరపకాయలను నిలువుగా తరగాలి. మసాలా పదార్థాలు నూరి వేరుగా ఉంచాలి. చింతపండు నీటిలో నానపెట్టి గుజ్జుతీసి పిప్పి పారేయాలి. స్ర్త ప్రెషర్ కుక్కర్‌లో కందిపప్పు, మెత్తగా ఉడికించాలి.బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తరువాత పచ్చిమిరపకాయలు, వంకాయలు, అరటికాయ, బంగాళాదుంపలు, మునగకాయలు, గోరుచిక్కుడుకాయలు, కేరట్ ముక్కలు వేసి పచ్చివాసనపోయి మెత్తగా అయ్యేవరకూ ఉడికించాలి. దాంట్లోనే ఉల్లిపాయలు,మునగ ఆకులను కలిసి వేగేదాకా వేయించాలి. అందులో మసాలా ముద్దవేసి కలిపి మంచివాసన వచ్చేవరకూ వేయించిన తరువాత స్టవ్ మీద నుండి దించాలి. పప్పు ఉడికిన తరువాత మూతతీసి అందులో ఈ కూరగాయల మిశ్రమము వేసి తురిమిన పచ్చికొబ్బరి, మామిడికాయముక్కలు, చింతపండు గుజ్జు, మూడుకప్పుల నీరు పోసి కలపాలి. నీరు బాగా కాగిన తరువాత అందులో బియ్యముపోసి, తగినంత ఉప్పువేసి కలియబెట్టి, మూతపెట్టి, పదినిమిషములసేపు ఉడకనివ్వాలి.మూకుడు పొయ్యిమీద పెట్టి

నూనెపోసి కాగిన తరువాత పోపు పెట్టి ఉంచాలి. అన్నము ఉడికిన తరువాత మూతతీసి అందులో పోపుపెట్టిన పదార్థములు వేసి కలపాలి. వేయించిన జీడిపప్పు ముక్కలు పైన అలంకరించి వేడిగా వడ్డించాలి.

నోట్: బాసుమతి బియ్యమును ఎక్కువసేపు నీటిలో నానబెట్టిన, కడిగిన సువాసన పోతుంది.

స్త్ర పలావ్, ఫ్రైడ్‌రైస్ చేసేటప్పుడు బరువుగల ఇత్తడి పాత్రలోగాని, ప్రెషర్‌పాన్‌గానీ వాడాలి. స్టీల్‌పాత్రలు వాడిన అడుగంటిపోయే అవకాశముంది.

రంగీలా బిర్యాని

కావలసిన పదార్థములు:

బాసుమతి బియ్యం	:	800 గ్రాములు
చికెన్	:	500 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	100 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	6
పుదీనా	:	ఒక కట్ట
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
అల్లంవెలుల్లిమిశ్రమం	:	40 గ్రాములు
గరం మసాలా	:	15 గ్రాములు
కారం	:	1 టీస్పూను
పసుపు	:	కావలసినంత
పాలు	:	అరగ్లాసు
పెరుగు	:	3 కప్పులు
నెయ్యి	:	150 గ్రాములు
నిమ్మరసం	:	2 టీ స్పూన్లు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

చికెన్ ముక్కలను కొంచెం పెద్దవిగా కోసుకుని శుభ్రంగా కడిగి పక్కన పెట్టుకోవాలి. బాసుమతి బియ్యాన్ని కడిగి 30 నిమిషాల సేపు నానబెట్టాలి. ఒక గిన్నెను తీసుకుని పొయ్యిపై ఉంచి నెయ్యి వేసి వేడెక్కాక అందులో తరిగిన ఉల్లిపాయ,పచ్చిమిర్చి ముక్కలను వేసి దోరగా వేయించాలి. అందులో గరంమసాలా,

అల్లం,వెల్లుల్లి మిశ్రమం కారం, ఉప్పుతో పాటు చికెన్ ముక్కలను వేసి కలిపి సన్నని మంటపై ఉడికించాలి. చికెన్ మూడొంతులు ఉడికిన పిమ్మట గిన్నెను పొయ్యి పై నుంచి కిందకి దించి ప్రక్కన పెట్టుకోవాలి మరొక గిన్నెను తీసుకుని ఎసరుపెట్టి నీళ్ళు మరుగుతుండగా అందులో బియ్యాన్ని వేసి పుదీనా, కొత్తిమీరను వేసి మూతపెట్టి ఉడికించాలి. బియ్యం మూడొంతులు ఉడికిన తరువాత ఎసరు ఎక్కువగా ఉంటే నీటిని వార్చేయండి. ఈ అన్నంలో నెయ్యిని కలిపి పక్కన పెట్టండి. అడుగు దళసరిగా ఉండే గిన్నెను తీసుకుని ముందుగా కొద్దిగా నెయ్యిని పూసి అన్నాన్ని కొంచెం వేసి ఆపైన చికెన్ కూరను వేసి మళ్లీ దానిపై మిగిలిన అన్నాన్ని వేసి పైన మిగిలిన నెయ్యిని వెయ్యాలి. మూతపెట్టి సన్నని మంటపై అన్నాన్ని ఉడికించి కిందికి దించి జాగ్రత్తగా కలిపి అనంతరం నిమ్మరసం కలిపి వేడిగా ఆరగించండి.

ఆవాలు పొడి అన్నము

కావలసిన పదార్థములు:

బాసుమతి బియ్యం	:	250 గ్రాములు
వేరుశనగపప్పు	:	2 టే స్పూను
జీడిపప్పు ముక్కలు	:	2 టే స్పూన్లు
నెయ్యి	:	2 టే స్పూన్స్
ఉప్పు	:	తగినంత

పోపు వేయటానికి

ఆవాలు	:	1/2 టీస్పూను
మినప్పప్పు	:	1 టీస్పూను
శనగపప్పు	:	1 టీస్పూను
ఎండుమిరపకాయలు	:	1 టీస్పూను
కరివేపాకు	:	2

నూరుకోవలసినవి:

తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	:	1/4 కప్పు
బెల్లము	:	కొంచెం
చట్నీ శనగపప్పు	:	1 టేబుల్ స్పూను
ఆవాలు	:	1/4 టీ స్పూను
ఇంగువ	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానము:

బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి అన్నము వండాలి అన్నము వెడల్పుగల పళ్ళెములో చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి. వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి బాగా కాగిన తరువాత పోపుసామానులు వేసి, వేగేదాకా వేయించాలి. దాంట్లో నూరిన మసాలా వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి. అందులో అన్నము, ఉప్పువేసి బాగా కలిపి స్టవ్ మీద నుండి దింపాలి. మూకుడులో నెయ్యివేసి కాగాక జీడిపప్పు, వేరుశనగపప్పులు వేసి వేగేదాకా వేయించాలి. అన్నముపై పప్పులను అలంకరించి వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయండి.

కాశ్మీరీ పులావ్

కావలసిన పదార్థాలు :

బాస్మతి బియ్యం	:	200 గ్రాములు
మటర్	:	20 గ్రా
బీన్స్	:	10 గ్రా
కారెట్	:	10 గ్రా
జీడిపప్పు	:	10 గ్రా
పైనాపిల్	:	20 గ్రా
లేదా యాపిల్	:	1
సాఫ్రాన్	:	0.5 గ్రా
రిఫైండ్ ఆయిల్	:	2 స్పూన్‌లు
యాలకులు	:	4
కెవర	:	కొన్ని చుక్కలు
ఉప్పు	:	రుచికి తగినంత
పంచదార	:	రుచికి తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

బియ్యాన్ని ఉడికించి రిఫైండ్ ఆయిల్‌లో వేయించాలి. తరువాత దీనికి యాలకులు, సాఫ్రాన్ కలపాలి. తరువాత అన్ని కూరగాయలను, పళ్ళను వేయాలి. తరువాత పంచదార, ఉప్పు, రుచికి కావలసినంత వేసుకోవాలి. ఫ్లేవర్ కోసం కొద్దిగా కెవరా వేసుకోవాలి. కాశ్మీరి పులావ్ సిద్ధం.

బఠాణీ బాత్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	250 గ్రాములు
పచ్చిబఠాణీ గింజలు	:	150 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	3
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
పసుపుపొడి	:	1/4 టీస్పూన్
నిమ్మకాయ	:	1
సన్నగా తరిగికొత్తిమీర	:	1 టీ స్పూన్
నూనె	:	100 గ్రాములు

పోపుకి కావలసినవి:

ఆవాలు	:	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	:	1 టీస్పూన్
శనగపప్పు	:	1 టీస్పూన్
జీడిపప్పు ముక్కలు	:	1 టేబుల్‌స్పూన్
కరివేపాకు	:	కొద్దిగా

నూరుకోవలసినవి:

తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	:	1/4 కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	8
అల్లము	:	1 అంగుళంముక్క
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	:	6
వెల్లుల్లిపాయలు	:	4
లవంగాలు	:	4
దాసినచెక్క	:	2

వెల్లుల్లి,ఉల్లిపాయలు, యాలకులు, దాసినచెక్క, లవంగాలు కొంచెం నెయ్యిలో వేయించి మిగిలిన పదార్థములు చేర్చి నూరాలి.

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి కొంచెము బిరుసుగా అన్నము వండాలి. అన్నము వెడల్పుగల బేసిన్‌లో పోసి చల్లారపెట్టిమెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి. వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తరువాత పోపుసామానుల వేసి,వేగేదాకా వేయించాలి. దాంట్లో నూరిన మసాలా వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.అందులో అన్నము, ఉప్పువేసి బాగా కలిసి స్టవ్ మీద నుండి దింపాలి. మూకుడులో నెయ్యివేసి కాగాక జీడిపప్పు, వేరుశనగపప్పు వేసి వేగేదాకా వేయించాలి. అన్నముపై పప్పులను అలంకరించి వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయండి.

వేరుశనగపప్పు రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	250 గ్రాములు
వేయించిన వేరుశనగగింజలు	:	100 గ్రాములు
నువ్వులు	:	1 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	:	3 టీ స్పూన్
తురిమిన కొబ్బరి	:	1/2 టీస్పూన్స్
పసుపుపొడి	:	తగినంత
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
నూనె	:	100 గ్రాములు

పోపు పెట్టటానికి:

ఆవాలు	:	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	:	1 టీస్పూన్
శనగపప్పు	:	2 టీస్పూన్స్
కరివేపాకు	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానము:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి కొంచెము బిరుసుగా వార్చి అన్నము వండాలి. వెడల్పుగలిగి పళ్ళెములో అన్నముపోసి, చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.వేరుశనగపప్పు వేపి పై పొర వలిచి బరకగా వుండేటట్లు పొడి కొట్టాలి. మూకుడులో ఒక టీస్పూన్ నూనెపోసి కాగాక ఎండుమిరపకాయలు,

ఎండుకొబ్బరితురుము వేసి వేగేదాకా వేయించండి. అన్నములో పసుపుపొడి, సోపు, తగినంత ఉప్పు, ముందుగా పొడులు అన్నింటినీ వేసి అన్నీ కలిసే విధంగా కలిపి సర్వ్ చేయండి.

మిరియాల అన్నము

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	250 గ్రాములు
కరివేపాకు	:	1 టీస్పూన్
మిరియాలు	:	1 టీస్పూన్
వెల్లుల్లిపాయలు	:	10
నెయ్యి	:	2 టే స్పూన్స్
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి అన్నము ఉండవలెను. వెడల్పుగల పళ్ళెములో అన్నము పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడివిడిగా వుండునట్లు కలపాలి. మూకుడులో నెయ్యివేసి కరివేపాకు వేయించాలి. వాటిని చల్లారపెట్టి మెత్తగా పొడి కొట్టాలి. మిరియాలు ఎండపెట్టి పొడిచేయాలి. మిగిలిన నెయ్యి మూకుడులో వేసి కాగిన తరువాత వెల్లుల్లిపాయ ముక్కలు వేసి వేయించాలి. అందులో మిరియాలపొడి వేసి కొంచెము సేపు వేయించాలి. ఆ మొత్తం అన్నములో కలిపి, తగు మాత్రము ఉప్పువేసి, కరివేపాకు పొడివేసి మొత్తంకలిసేవిధంగా కలపాలి.

మరో పద్ధతి

కొంచెము జీడిపప్పు బాణలిలో వేయించి పొడికట్టాలి. రెండు ఎండు మిరపకాయలు కొంచెము నూనెలో వేయించి, ఎండిన 3/4 స్పూన్ మిరియాలు చేర్చి పొడికొట్టాలి. అన్నములో తగినంత ఉప్పు వేసి, ఈ పొడులన్నీ కలిపి, అన్నీ కలిసే విధంగా కలపాలి.

గసగసాల అన్నము

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	250 గ్రాములు

గసగసాలు	:	3 టే స్పూన్స్
నువ్వులు	:	1 టీస్పూన్
మినప్పప్పు	:	1/2 టీస్పూన్
ఎండుమిర్చి	:	6
చింతపండు	:	కొద్దిగా
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	:	2 టీస్పూన్స్
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడా
నూనె	:	75 గ్రాములు
జీడిపప్పు ముక్కలు	:	1 టేస్పూన్

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండాలి. వెడల్పు గల పళ్ళెములో అన్నముపోసి చల్లారపెట్టి మెతుకుల విడిగా వుండేటట్లు కదపాలి. మూకుడులో నూనె వేయకుండా గసగసాలు శుభ్రంగా వేయించాలి. మూకుడులో అర టీస్పూన్ నూనెవేసి, అందులోఎండుమిరపకాయలు, మినప్పప్పు, నువ్వులు అన్నింటినీ బాగా వేయించాలి. దాంట్లో తురిమిన ఎండుకొబ్బరి వేసి కలిపి వెంటనే స్టవ్ మీదనుండి దించాలి. అది చల్లారిన తరువాత గసగసాలు చేర్చి పొడికొట్టాలి. అందులో చివరగా చింతపండు వేసి ఉప్పు కలిపి అన్నీ కలిసే విధంగా పొడి కొట్టాలి. మిగిలిన నూనె మూకుడులో పోసి కాగాక చల్లారిన అన్నము మీద పోసి కలిపి తరువాత కావలసిన గసగసాలపొడిని కలపాలి. వేయించిన జీడిపప్పులను అన్నముపై అలంకరించి సర్వ్ చేయండి.

బోన్‌లెస్ చికెన్ బిరియాని

కావలసిన పదార్థములు:

పలావు బియ్యం	:	1 కిలో
బ్రాయిలర్ కోడి	:	1 కిలో
బీన్స్	:	50 గ్రాములు
బంగాళదుంపలు	:	రెండు
క్యారెట్	:	రెండు
పచ్చిరొయ్యలు	:	200 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు

అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
వెల్లుల్లిపాయ	:	రెండు
దాసినచెక్క	:	అంగుళం ముక్క
లవంగాలు	:	ఎనిమిది
పుదీనా	:	2 కట్టలు
కొత్తిమీర	:	2 కట్టలు
పచ్చి బఠాణీలు	:	1 కప్పు
పొడి మసాలా	:	2 చెంచాలు
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
పచ్చిమిర్చి	:	12

తయారుచేయు విధానం:

శుభ్రంగా కోడిని కడిగి నాలుగు భాగాలుగా కట్ చేసి నాలుగు గ్లాసుల నీరు పోసి కొంచెం ఉప్పుకూడా వేసి ఉడకనివ్వాలి. ఉడికిన తరువాత ఎముకలన్ని తీసి మెత్తని మాంసం తీసుకుని వేరుగా ఉంచాలి. పలావు బియ్యంను ఎసరులో పోసి కొంచెం బిరుసుగా ఉండగానే వార్చాలి. గంజిని ప్రక్కన ఉంచాలి. ఇప్పుడు బీన్స్, క్యారెట్, దుంపలు, ఉల్లిపాయలు, మిర్చి సన్నగా కట్ చేసుకోవాలి. అల్లం, వెల్లుల్లి ముద్ద నూరుకోవాలి. తరువాత రొయ్యలు వొలిచి శుభ్ర పరచుకోవాలి. ఒకదానిలో నెయ్యి లేదా నూనె వేసి కాగిన తరువాత దాసిన చెక్క, లవంగాలు, యాలకులను పొడి చేసి వేసి వేపాలి. వేగిన వాటికి ఉల్లి, మిర్చి ముక్కలు, అల్లం ముద్ద వేసి కలిపి వేపి బఠానీ, కేరట్, బీన్స్ ముక్కలు, రొయ్యలు కూడా వేసి మగ్గనివ్వాలి. తరువాత ఉప్పు, పసుపు, మసాలాపొడి, వేసి వేపాలి. ముక్కలన్నీ మగ్గిన తరువాత కోడి మరిగించిన నీరు, గంజినీళ్ళు కలిపి ఆరుగ్లాసులుపోసి మరిగిన తరువాతరైస్ జతచేయాలి. తరువాత కోడిమాంసం, వండిన అన్నంలో పుదీనా, కొత్తిమీర చల్లుకుని సన్నని మంటలో ఉడికిస్తూ మూతపెట్టుకోవాలి. ఉడికిన తరువాత దింపి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

ఆలు రైస్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	250 గ్రాములు
బంగాళాదుంపలు	:	1/4 కిలో
పచ్చిమిరపకాయలు	:	8
ఉల్లిపాయలు	:	2
పసుపుపొడి	:	1 చెంచా
ఎర్రగా పండిన టమాటాలు	:	4
ధనియాలు, జీలకర్రపొడి	:	1 టే స్పూను
సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర	:	1 టే స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత
గరంమసాలాపొడి	:	1/2 టీస్పూన్
జీడిపప్పుముక్కలు	:	1 టే స్పూన్
నూనె	:	100 గ్రాములు

పోపుకికావలసిన వస్తువులు:

ఆవాలు, జీలకర్ర, మినప్పప్పు, శనగపప్పు అన్నీ కలిపి 2 టీ స్పూన్స్

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండాలి. వెడల్పు గలిగిన పళ్ళెములో అన్నముపోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా ఉండునట్లుగా కదపాలి. ఉల్లిపాయలు, టమాటాలు, పచ్చిమిరపకాయలు, నీరు కలపకుండా మెత్తగా నూరాలి. వెడల్పు గలిగిన బాణలిలో కొద్దిగా నూనెపోసి కాగిన తరువాత పోపుపెట్టి అందులో నూరిన మసాలా వేసి తడిపోయే వరకూ మీడియం సెగలో వేయించాలి.దాంట్లోధనియాలు, జీలకర్రపొడి, ఉప్పు, గరం మసాలాపొడి, పసుపు వేయాలి. కొంచెము సేపు ఆగిన తరువాత అన్నము అందులో కలిపి వేడెక్కిన తరువాత స్టవ్‌మీద నుండి దించాలి. బంగాళాదుంపలు పై పొర తీసేసి పలచగా అంగుళము ముక్కలుగా తరిగి నూనెలో కరకరలాడేటట్లు వేయించాలి. అన్నముపైన నూనెలో వేయించిన బంగాళాదుంపలు, జీడిపప్పు ముక్కలు, సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర చల్లి వేడివేడిగా సర్వ్ చేయండి.

నువ్వుల అన్నము

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	250 గ్రాములు
నువ్వులు	:	2 టే స్పూన్స్
ఎండుమిర్చి	:	4
మినప్పప్పు	:	3 టీ స్పూన్స్
నూనె	:	75 గ్రాములు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ

పోపుకి కావలసిన వస్తువులు:

ఆవాలు	:	1/2 టీ స్పూన్స్
కరివేపాకు	:	కొంచెము
జీడిపప్పు ముక్కలు	:	2 టే స్పూన్సు

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి బిరుసుగా అన్నము వండాలి. వెడల్పు గలిగిన పళ్ళెములో చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా ఉండేటట్లుగా కలపాలి. బాణలిలో (నూనెలేకుండా) తెల్లనువ్వులు వేయించి చల్లారిన తరువాత పొడికొట్టి వేరుగా ఉంచాలి. బాణలిలో అర టీస్పూన్ నూనెపోసి కాగిన తరువాత అందులో ఎండుమిరప కాయలు, మినప్పప్పు వేయించి పొడికొట్టి వుంచాలి. మిగిలిన నూనె బాణలిలో పోసి కాగిన తరువాత ఆవాలు, కరివేపాకు వేయించాలి. ఆవాలు వేగిన తరువాత అందులో అన్నము, ఉప్పు, అన్ని పొడులు కలిపి అంతా కలిపే విధంగా కలియపెట్టాలి. కొద్దిగా నెయ్యిలో వేయించిన జీడిపప్పు ముక్కలు అన్నము మీద అలంకరించి వడ్డించాలి.

సేమియా చికెన్ బిరియాని రెండో రకం

కావలసిన పదార్థములు:

కోడి మాంసం	:	అర
సేమియాలు	:	100 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	నాలుగు
యాలుకులు	:	1 స్పూను పొడి
నెయ్యి	:	50 గ్రాములు

వెల్లుల్లి	:	ఐదు గర్భాలు
ఉల్లిపాయలు	:	నాలుగు
కారం	:	1 స్పూను
గరం మసాలాపొడి	:	1 స్పూను
సోయాబీన్ సాస్	:	రెండు స్పూన్లు
అల్లం	:	అంగుళం ముక్క
టమాటాలు	:	100 గ్రాములు
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట చిన్నది
జీడిపప్పులు	:	10 గ్రాములు
కిస్‌మిస్	:	10 గ్రాములు
లవంగాలు	:	పది
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం:

కోడి మాంసాన్ని కావలసిన సైజులో ముక్కలు కోసి ఉంచుకోవాలి. నాలుగు స్పూనుల నెయ్యిని ఒక కళాయిలో వేసి బాగా కాగాక సేమియాను బంగారు రంగు వచ్చేంత వరకూ వేయించండి. బాగా లావుపాటి అడుగున్న పాన్‌లో నేతిని వేడిచేసి అందులో జీడిపప్పు ను-కిస్‌మిస్‌ను వేయించండి. అవి తీసి ప్రక్కన పెట్టండి.పాన్‌లో మిగిలివున్న నేతిలో యాలుకులు- లవంగాలు- పచ్చిమిర్చి-కరివేపాకు వేసి కొంచెం వేగాక ఉల్లిముక్కలను వేసి మెత్తబడేంత వరకూ వుంచుకోవాలి. అందులోఅల్లం- వెల్లుల్లి ముద్దను కలపాలి. కొంచెం దోరగా వేగే వరకూ ఈ మిశ్రమాన్ని వేయిచండి. చికెన్ ముక్కలను- టమాటా ముక్కలను వేసి- వాటిపై కారం-గరంమసాలాలను చల్లండి. సరిపడా ఉప్పు వేయండి.చికెన్ ముక్కలు మొత్తం వేగేలా అటుయిటు తిప్పండి. మూడు కప్పులు నీళ్ళు పోసి చికెన్ ముక్కలు ఉడికేదాకా వుంచండి. వేయించిన సేమియా వేసి ఒక పావు శేరు నీళ్లు పోయండి. మాడిపోకుండా మొత్తం కలుపుతూ వుండాలి సేమియా ఉడికేదాకా.నీరు మొత్తం ఇగురుతుండగా వేయించిన జీడిపప్పు- సేమియా సోయాసాస్‌లను వేసి బాగా కలిపి నీరు ఇగిరి పొడిగా అయ్యేక దింపేముందు కొత్తిమీర చల్లి దింపేయాలి. సర్వింగ్ డిష్‌లోపెట్టి ఉల్లిపాయ డెకరేట్ చేసి సర్వ్ చేయాలి.

బచ్చలి కూర అన్నము

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	250 గ్రాములు
బచ్చలికూర	:	2 కట్టలు
పచ్చిమిర్చి	:	4
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	:	8
పచ్చిబఠాణీ గింజలు	:	100 గ్రాములు
టమాటాలు	:	4
పచ్చికొబ్బరితురుము	:	2 టే స్పూన్స్
జీడిపప్పు ముక్కలు	:	2 టే స్పూన్స్
ఎండుమిర్చి	:	8
ధనియాలు	:	2 టీస్పూన్స్
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
నూనె	:	3 టే స్పూన్లు
బిరంజిఆకు	:	1
దాసినచెక్క	:	1 అంగుళం ముక్క
లవంగాలు	:	2

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యముశుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండి, చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి. బఠాణీ గింజలు మెత్తగా ఉడికించి విడిగా ఉంచాలి. పచ్చిమిరపకాయలు పొడవుగా తరగాలి. ఉల్లిపాయలు పై పొర వొలిచి వుంచాలి. టమాటాలు వీలయినంత చిన్నముక్కలుగా తరగాలి. బచ్చలికూర శుభ్రంగా కడిగి సన్నగా తరిగి ఉంచాలి. బాణలిలో కొద్దిగా నూనెపోసి కాగిన తరువాత బచ్చలికూరవేసి సన్నని సెగలో కొద్దిగా నీరు చల్లి ఆకులో తడిపోయేవరకూ వేయించాలి ధనియాలు, ఎండుమిరపకాయలు కొంచెము నూనెపోసి వేయించాలి వేయించిన ధనియాలు, ఎండుమిరపకాయలు, కొబ్బరితురుము, జీడిపప్పు, బచ్చలికూర అన్నింటినీ కలిపి ఒకటిగా నూరాలి. నూరేటప్పుడు కొద్దిగా నీరు కలపాలి. మిగిలిన నూనె వెడల్పుగల బాణలిలో పోసి బిరంజిఆకు, దాల్చినచెక్క, లవంగములు వేసి వేయించాలి. దాంట్లో పచ్చిమిరపకాయలు, సాంబారు ఉల్లిపాయలు వేసి రెండు నిమిషములు వేయించి,

టమాటా ముక్కలు, నూరిన మసాలా అందులో వేయాలి. కమ్మటి సువాసన వచ్చి నీరంతా పోయేవరకూ వేయించాలి.దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు వేసి పెద్ద సెగలో కలియపెట్టి అన్నము వేడెక్కిన తరువాత స్టవ్ మీద నుండి దింపాలి.వేయించిన జీడిపప్పు పైన అలంకరించి వేడివేడిగా వడ్డించాలి.

వెరైటీ చికెన్ పలావ్

కావలసిన పదార్థములు:

పలావు బియ్యం	:	ఒక కిలో
మిరపకాయలు	:	10
చికెన్ సూప్ పొడి	:	నాలుగు స్పూన్లు
కోడి మాంసం	:	పావు కిలో
టమాటాలు	:	నాలుగు
ఉల్లిపాయలు	:	మూడు పెద్దవి
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
నెయ్యి	:	100 గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా
లవంగాలు	:	ఆరు
దాసినచెక్క	:	రెండు అంగుళాలముక్క
యాలుకలు	:	నాలుగు
పచ్చిమిర్చి	:	ఎనిమిది
అల్లం	:	రెండంగుళాలముక్క
వెల్లుల్లి	:	ఆరు రెబ్బలు
పసుపు	:	ఒక స్పూను
ధనియాలు	:	ఒక స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

ఉల్లిపాయలు సన్నగా తరిగి పెట్టుకోండి. మసాలాలన్నీ కలిపి మిక్సీ వేసి పెట్టుకోవాలి. బియ్యాన్ని బాగా కడిగి అరగంట నీటిలో నానపెట్టాలి. ఒక బాణలిలో నెయ్యి పోసి ఉల్లిపాయ ముక్కల్ని దోరగా వేయించండి. మాంసం ముక్కల్ని కూడా అందులో వేసి ఒక పావుశేరు నీళ్ళు పోయాలి.నీళ్ళు ఇగిరేంత వరకూ ఉడకనిచ్చి కోసి పెట్టుకున్న మిరపకాయలు దానిలో టమాటా ముక్కలు – సూపు పొడి నూరిన

మసాలా వేసి ఉడకనివ్వాలి. పెళ పెళ లాడుతుండగా బియ్యాన్ని వేసి–బియ్యానికి 1 1/2 రెట్లు నీళ్ళు పోసి ఉప్పు వేయాలి. రెండు–మూడుసార్లు బాగా కలిపి ఉడకనివ్వాలి. కొత్తిమీరను వేసుకుని అన్నం పలుకుపోయి–ఉడికిన తరువాత మగ్గాక దింపేయాలి.

వాంగీబాత్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	250 గ్రాములు
వంకాయలు	:	250 గ్రాములు
ఎండుమిరపకాయలు	:	8
ధనియాలు	:	2 టీస్పూన్లు
తురిమిన కొబ్బరి	:	3 టీ స్పూన్లు
మినప్పప్పు	:	2 టీ స్పూన్లు
శనగపప్పు	:	2 టీ స్పూన్లు
ఇంగువ	:	చిటికెడు
నెయ్యి	:	2 టీ స్పూన్లు
నూనె	:	100 గ్రాములు
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
జీడిపప్పు	:	25 గ్రాములు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడా
ఉడికించిన బఠాణీలు	:	50 గ్రాములు
నిమ్మకాయలు	:	2

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి కొంచెము బిరుసుగా వండాలి. అన్నము వెడల్పుగల పళ్ళెములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు కలపాలి. బాణలిలో నెయ్యిపోసి కాగిన తరువాత ఎండుమిరపకాయలు, ధనియాలు, మినప్పప్పు, శనగపప్పు వేసి వేయించాలి. బాణలి పొయ్యిమీద నుంచి దించి అందులో తురిమిన కొబ్బరి కలిపి తరువాత పొడి కొట్టాలి. వంకాయలను అంగుళము ముక్కలుగా తరిగి వాటిని ఉప్పు నీటిలో ఉంచాలి. వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి బాగా కాగిన తరువాత పోపుపెట్టి అందులో ఇంగువ, వంకాయలను వేసి మీడియమ్ సెగలో పచ్చివాసనపోయేవరకూ వేయించాలి. దాంట్లో ఉడికిన బఠాణీలు, మసాలాపొడి,

ఉప్పు, అన్నము కలిపి కొంచెము సేపు అన్నము వేడి అయ్యేదాకా కలియబెట్టాలి. స్టవ్‌మీద నుంచి గరం మసాలా పొడి, వేయించిన జీడిపప్పు, కరివేపాకు నిమ్మరసం పిండి కలపాలి.

కేసరిబాత్

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యము	:	250 గ్రాములు
పంచదార	:	350 గ్రాములు
నీరు	:	తగినంత
నెయ్యి	:	కొద్దిగా
కుంకుమ పువ్వు	:	1 టేబుల్‌స్పూను
యాలకులు	:	4
జీడిపప్పు ముక్కలు	:	4
ఎండు ద్రాక్ష	:	1 టేబుల్ స్పూను
కేసరిపొడి	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి మెత్తగా అన్నము వండాలి. ప్రెషర్‌పాన్‌లోగాని, బరువుగల ఇత్తడిపాత్రలోగానీ స్టవ్‌మీద పెట్టి దానిలో పంచదార, నీరు తగు మాత్రము(పావు కప్పు) పోయాలి. మీడియం సెగలో మెత్తని పాకము వచ్చేవరకూ కలియపెట్టాలి. తరువాత సెగ తగ్గించి అందులో అన్నము, కేసరిపొడి, పాలలో కరిగించిన కుంకుమపువ్వు వేసి తడిపోయేవరకూ కలపాలి. స్టవ్‌మీద నుంచి దించి యాలకుల పొడి వేయించిన జీడిపప్పు ముక్కలు, ఎండుద్రాక్ష, కొద్దిగా నెయ్యి వేయాలి. కావాలనుకుంటే తురిమిన కొబ్బరి చల్లుకోవచ్చు.

మరొక పద్ధతి:

పంచదారకు బదులు పొడిచేసిన కలకండ ముప్పావు కప్పు వేయవచ్చు. అప్పుడు కేసరి రంగు వేయనక్కర్లేదు.

చికెన్ బిరియాని

కావలసిన పదార్థములు:

కోడిమాంసం	:	250గ్రాములు (మెత్తనిది)
ఉల్లిపాయలు	:	మూడు
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
పెరుగు	:	ఒక కప్పు
పసుపు	:	చిటికెడు
కారం	:	కొంచెం
నెయ్యి	:	50 గ్రాములు
అల్లం	:	చిన్న ముక్క
వెల్లుల్లి	:	ఒకటి
గరం మసాలా	:	ఒక ప్యాకెట్
పలావు బియ్యం	:	250గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

పలావు బియ్యాన్ని రాళ్ళు లేకుండా శుభ్రం చేసి నానపెట్టి వుంచాలి. కోడి మాంసాన్ని చిన్నచిన్న ముక్కలుగా తరిగి వుంచుకోండి. ఒక బాణలిలో నూనె పోసి బాగా కాగాక ఉల్లిపాయలు, అల్లం,వెల్లుల్లి పేస్టు వేసి బాగా వేగనివ్వండి. పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసి బాగా కలియబెట్టండి. కొంచెం ఉడికాక మాంసం ముక్కల్ని వేసి ఉడకబెట్టాలి. ముక్కలు బాగా ఉడికిన తరువాత పెరుగు, కొత్తిమీర వేసి దింపేయండి. వేరే ఒక దబరాలో నీళ్ళు పెట్టి– నీళ్ళు బాగా కలిసేలా చేసి కాగిన తరువాత అందులో పలావు బియ్యం వేయండి. సుమారు ముప్పాతిక భాగం ఉడికాక– అందులో వున్న గంజిని వార్చాలి. అంతకు ముందు తయారుచేసి వుంచుకున్న మాంసం మిశ్రమాన్ని అందులో కలపాలి. నెయ్యి కలిపి– మగ్గనివ్వాలి. పొడిపొడి లాడుతూ అత్తెసరులా ఇగిరిపోతుంది. మూత ప్రక్కల నుంచి పొగరాగానే దింపేయాలి. ఆలస్యం చేస్తే మాడిపోతుంది

కోవాబాత్

కావలసిన పదార్థములు:

బాసుమతి బియ్యము	:	250 గ్రాములు
పంచదారపొడి	:	150 గ్రాములు
పాలకోవా(పంచదారలేనిది)	:	75 గ్రాములు
ఎండుద్రాక్ష	:	1 టీ స్పూను
జీడిపప్పు	:	10 గ్రాములు
బాదంపప్పు	:	10
కుంకుమపువ్వు	:	కొద్దిగా
పన్నీరు	:	1 టీ స్పూను
నెయ్యి	:	2 టీ స్పూను

తయారుచేయు విధానము:

బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పది నిమిషములు నీటిలో నానపెట్టి మెత్తగా అన్నము వండాలి. వార్చిన అన్నము వెడల్పుగల పళ్ళెములో పోసి చల్లారపెట్టి, మెతుకులు కలవకుండా కలపాలి. చల్లారిన తరువాత అందులో కోవా, పంచదార పొడి వేసి కలియపెట్టాలి. ఒక స్పూన్ వేడి పాలలో కుంకుమ పువ్వు వేసి కరగనివ్వాలి. బాదంపప్పులు వేడి నీటిలో నానపెట్టి పై పొర తీసి సన్నగా తరగాలి. జీడిపప్పు చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి. వెడల్పుగల బాణలిగాని ప్రెషర్ కుక్కర్‌లోగాని కొద్దిగా నెయ్యివేసి కాగిన తరువాత జీడిపప్పు ముక్కలు, బాదంముక్కలు, ఎండు ద్రాక్షవేసి వేయించాలి. దాంట్లో కోవా, పంచదార పొడి కలిపిన అన్నము, కుంకుమ పువ్వు పాలు పోసి సన్నని సెగలో నీళ్ళు ఇంకేవరకూ అప్పుడప్పుడు కలియపెడుతూ వేడి చెయ్యాలి. స్టవ్‌మీద నుండి దించి ముందు కొద్దిగా పన్నీరు చల్లి, బాగా కలియపెట్టి వడ్డించే పాత్రలో పోసి దానిపై వెండి పేపరు అలంకరించాలి.

మామిడి పండు బాత్

కావలసిన పదార్థములు:

పచ్చిబియ్యము	:	250 గ్రాములు
పండినతియ్యటి మామిడిపండ్లు	:	2
నెయ్యి	:	2 టీ స్పూన్లు

పంచదార	:	125 గ్రాములు
జీడిపప్పు	:	1 టీ స్పూను
ఎండు ద్రాక్ష	:	1 టీ స్పూను
యాలకులపొడి	:	కొద్దిగా
కుంకుమపువ్వు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానము:

బియ్యము కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టి మెత్తగా అన్నము వండాలి. వెడల్పు కలిగిన పళ్ళెములో అన్నము పోసి చల్లారపెట్టాలి. తియ్యటి మామిడిపండ్లు ఎంచుకుని వీటిపై పొర తీసి, పండుభాగము గుజ్జుగా పిసికి వడకట్టాలి. బరువుగల ఇత్తడి పాత్రగానీ, ప్రెషర్‌పాన్‌గానీ పొయ్యిమీద పెట్టి వేడిచేసి అందులో మామిడిపండు గుజ్జు, పంచదార బాగా కలియపెట్టాలి. పంచదార పూర్తిగా కరిగిన తరువాత అందులో అన్నము కలిపి తడిపోయే వరకూ జాగ్రత్తగా కలపాలి. స్త్ర తడిపోయిన తరువాత స్టవ్ మీద నుండి దింపి అందులో కుంకుమపువ్వు పాలు, యాలకులపొడి కలపాలి. వేయించిన జీడిపప్పు, ఎండు ద్రాక్ష పైన అలంకరించి కొద్దిగా నెయ్యి వేసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

మరొక పద్ధతి

బియ్యములో చిక్కటిపాలు, మామిడిపండు రసం, నీళ్ళుపోసి అన్నము వండాలి. పంచదార లేత పాకము వచ్చేవరకూ చూసి అన్నములోకలపాలి. బాదంపప్పు వేడి నీళ్ళలో పోసి, పైపొర తీసివేసి పలచగా తరగాలి. బాదంపప్పు ముక్కలు, జీడిపప్పు ముక్కలు, కొంచెము నెయ్యివేసి వేయించాలి. వేయించిన పప్పులు, కుంకుమపువ్వు, అన్నములో కలపాలి. ఫ్రెష్‌క్రీం వుంటే పైన అలంకరించాలి.

కొబ్బరితీపి పలావు

కావలసిన పదార్థములు:

బాసుమతి బియ్యము	:	250 గ్రాములు
తురిమిన కొబ్బరి	:	1/4 కప్పు
కొబ్బరిపాలు	:	2 కప్పులు
పంచదారపొడి	:	1 కప్పు
నెయ్యి	:	3 టీ స్పూన్లు

జీడిపప్పుముక్కలు	:	2 టీ స్పూన్లు
ఎండు ద్రాక్ష	:	1 టీ స్పూన్
యాలకులపొడి	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యము కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి. బరువుగల ఇత్తడి పాత్రగానీ, ప్రెషర్‌పాన్‌గానీ, కొబ్బరిపాలు పోసి అది కాగిన తరువాత మరగటం ప్రారంభించాక బియ్యము వేసి మూతపెట్టి సన్నని సెగలో తడిపోయేవరకూ వేయించాలి. బాణలిలో వేరుగా కొంచెము నెయ్యివేసి తురిమిన కొబ్బరివేసి వేయించాలి. అన్నము ఉడికిన తరువాత అందులో కొబ్బరి తురుము, పంచదారపొడి రెండు టీ స్పూన్ల నెయ్యి వేసికలపాలి. తడి పూర్తిగా పోయేదాకా వేయించి స్టవ్ మీద నుండి దింపాలి. మిగిలిన నెయ్యి బాణాలిలో వేసి కాగిన తరువాత జీడిపప్పు, ఎండుద్రాక్ష వేయించాలి. వేయించినవి అన్నములో కలపాలి. యాలకులపొడి వేసి అన్నిటిని కలిపి వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

మటన్ -బీన్స్ పలావు

కావలసిన పదార్థములు:

మటన్	:	ఒక కిలో
పలావు బియ్యం	:	ఒక కిలో
బీన్స్	:	పావుకిలో
ఉల్లిపాయలు	:	మూడు పెద్దవి
పచ్చిమిర్చి	:	ఇరవై
జీడిపప్పు	:	100 గ్రాములు
నెయ్యి	:	100 గ్రాములు
కొత్తిమీర	:	రెండు కట్టలు
లవంగాలు	:	ఎనిమిది
మిరియాలు	:	ఎనిమిది
యాలుకులు	:	ఆరు
వెల్లుల్లి ముద్ద	:	రెండు స్పూనులు
పచ్చిమిర్చి	:	ఎనిమిది
అల్లం	:	చిన్న ముక్క

దాసిన చెక్క	:	10 గ్రాములు
గసగసాలు	:	50 గ్రాములు
ధనియాలు	:	50 గ్రాములు
పలావు ఆకులు	:	10 గ్రాములు
కొబ్బరికాయ	:	ఒకటి
నిమ్మకాయలు	:	నాలుగు
పుదీనా	:	ఒక కట్ట
ఉప్పు	:	సరిపడా
పెరుగు	:	లీటరు
మరాటీ మొగ్గ	:	10 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

పచ్చిమిర్చి- గసగసాలు- అల్లం- ధనియాలు- వీటిని దేనికదే మెత్తగా నూరాలి. కొబ్బరి తురిమి పాలు తీయాలి. ఉల్లిపాయలు నిలువుగా తరిగి పెట్టుకోవాలి. మాంసాన్ని చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోసి పెరుగు- నాలుగు నిమ్మకాయల రసం పిండి తగిన ఉప్పు వేసి నూరి పెట్టుకున్న ఒకటవ పేరాలో వున్నవన్నీ సగం- సగం అల్లం - వెల్లుల్లి వేసి బాగా కలిపి ఒక దళసరి గిన్నెను పొయ్యి మీద పెట్టి నెయ్యి పోసి బాగా కాగిన తరువాత మాంసం ముక్కలు వేయాలి. నీరు అంతా ఇగిరిపోయాక గసగసాల ముద్ద- ధనియాలు ముద్ద బాగా కలిపి ఇగరబెట్టాలి. ఒక పెద్ద బాణలి తీసుకుని అందులో నెయ్యి పోసి పొయ్యి మీద పెట్టాలి. ఉల్లిపాయలు దోరగా వేయించుకోవాలి. చెక్క, లవంగాలు, జీడిపప్పు, మరాటి మొగ్గ, పలావు ఆకు నెయ్యి కాసేపు వేగనివ్వాలి. బాగా వేగాక మిగిలిన అల్లం ముద్ద- వెల్లుల్లి ముద్ద నెయ్యిలో వేసి కొంత సేపు వేగాక అరలీటరు కొబ్బరిపాలు- లీటరు నీళ్ళు కొలిచి పోసుకోవాలి. బీన్స్‌ను వొలిచి శుభ్రంగా కడిగి ఉడికించి ఉంచుకోవాలి. తరువాత పుదీనా- కొత్తిమీర- సరిపడా ఉప్పు వేసి మరగనివ్వాలి. బియ్యం కడిగి ఎసరు మరిగేటప్పుడు బియ్యం వేయాలి. అన్నం పూర్తవుతుండగా మాంసం-ఉల్లిపాయలు, ఉడికిన బీన్స్‌ను బియ్యంలో వేసి బాగా కలబెట్టి మూతపెట్టాలి. క్రింద మంట తీసి పైన పళ్ళెంలో కొన్ని బొగ్గులు వేయాలి. పది నిమిషాలు వుంచి దింపేయాలి. దీనిలో పెరుగు పచ్చడిగాని- కుర్మాకాని కలుపుకుంటే బాగుంటుంది.






చపాతీలు, పుల్కాలు, పరోటలకి కర్రీలు

(శాఖాహారం)

సరస్వతి పబ్లికేషన్

అరండల్‌పేట, విజయవాడ




పరోటాలు, చపాతీలు, పుల్కాల్లోకి కూరలు

మైథిలీ వెంకటేశ్వరరావు

₹ 40/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

ప్రథమ ముద్రణ:
జూలై 2011

ముద్రణ:

ముఖచిత్రం:
రమణ

పబ్లిషర్స్ :
సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ

ఇందులోని వంటలు ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం కోసం మాత్రమే. తయారీ విధానాన్ని బట్టి ఎంతమందికి కావాలో చూసుకొని, దాని ప్రకారంగా పాళ్లు సరిచూచుకొని వంట చేసుకోగలరు.

విషయసూచిక

కాజూ-కర్రీ

ఆలు మొఘలాయ్ కర్రీ

లేడిఫింగర్స్‌తో వెరైటీ కర్రీ

పాలక్(ఆలు) కర్రీ

పన్నీర్ పరోటాలు

వెజిటబుల్ దో ప్యాసా

మొఘలాయి కోఫ్తా కర్రీ

కార్న్‌ఫ్లోర్ రోటి

టమాటా కాబూలీ కర్రీ

ఆలూమటర్ కర్రీ

మూంగ్‌దాల్ బఫ్లా

దహీ-పూరీ

బాదంనాన్

మొఘల్ పాలక్ పన్నీర్

ఆలూ చోళె కర్రీ

భేల్‌పూరీ

వెజ్‌కట్‌లెట్-మొగలాయ్

సీసెమ్ ఆలు

పన్నీర్‌క్రీం కోఫ్తా

చపాతీలు, పుల్కాలు, పరోటలకి కర్రీలు

శాఖాహారం

నట్‌దాల్‌ధోక్లి

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి	:	200గ్రా
కందిపప్పు	:	2 కప్పులు(పావుకిలో)
తాజా పండ్ల ముక్కలు	:	పావుకిలో
జీడిపప్పు	:	50గ్రా
కిస్‌మిస్	:	50గ్రా
దాల్చిన చెక్క	:	5 అంగుళం ముక్క
లవంగాలు	:	4
నెయ్యి	:	2 చెంచాలు
బెల్లం	:	50గ్రా
చింతపండు గుజ్జు	:	1 చెంచా
కారం	:	2 చెంచాలు
నిమ్మకాయ	:	1
పసుపు	:	కొంచెం
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

కందిపప్పును శుభ్రంగా కడిగి సరిపడ నీరు పోసి, 1 చెంచా కారం, ఉప్పు, వేసి ఉడికించాలి. ఉడికిన పప్పులు మెత్తగా ఎనిపి ఈ పేస్టుకి వేడి నీరు కలిపి చిక్కగా చెయ్యాలి. దీనికి నిమ్మరసం, పంచదార, చింతపండు గుజ్జు వేసి బాగా కలిపి మళ్ళీ ఉడికించాలి. సన్నని మంట మీద ఉంచి 7 నుంచి 8 నిమిషాల వరకు వుడికించాలి. ఈ లోపల గోధుమపిండి బౌల్‌లకి తీసి ఉప్పు, మిగిలిన కారం, సరిపడ నీరు పోసి గట్టిగా ముద్ద చేసుకోవాలి. ఈ పిండితో సమానమైన ఎనిమిది ముద్దలు చేసి వాటిని పల్చగా పెద్దపెద్ద చపాతీల్లాగా సాదాలి. నిలువుగా,అడ్డంగా చాకుతో కోసి 2 అంగుళాలు ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి. ఈ పీసెస్‌ను విడి విడిగా తీసి ఉంచాలి. బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తరువాత ఈ చపాతీ పీసెస్ వేసి ఎర్రగా వేసి తీయాలి. వీటిని ఉడుకుతున్న పప్పులో వేసి కలపాలి. ఫ్రూట్స్‌ను సన్నగా కట్ చేసి కలపాలి. తరువాత జీడిపప్పు కూడా వేసి ఉడికించాలి. కిస్‌మిస్ కూడా కలపాలి.వీటన్నింటితో 5 నిమిషాలు ఉడికించాలి. ప్యాన్‌లో నెయ్యి వేసి దాల్చినచెక్క, లవంగాలు వేసి వేపాలి. వీటిని ఉడుకుతున్న మిశ్రమంపై పోసి 2 నిమిషాలు సన్నని మంట మీద ఉంచి తరువాత దించి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి. (ఫ్రూట్స్ మీకిష్టమయినది ఏదైనా పరవాలేదు. అరటిపండు, పైనాపిల్, చెర్రీస్ లేదా కమలా లాంటిది తీసుకోవచ్చు)

కాజు మటర్ పన్నీరు మసాలా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

పన్నీరు	:	300గ్రా
జీడిపప్పు	:	1కప్పు
గ్రీన్‌పీస్ బఠాణీ	:	1కప్పు
టమాటా	:	2
ఉల్లిపాయ	:	1కప్పు ముక్కలు
అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1/2చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	2
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా
గరం మసాలా	:	1/2చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా

ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/2కప్పు
ఆవాలు	:	1 /4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా టమాటాలను వేడి నీటిలో రెండు నిమిషాలు ఉడికించాలి. వాటి పైతోలు తీసి మిక్సీవేసి పేస్టు తయారు చేసుకోవాలి. బాండీలో నూనె వేగి కాగిన తరువాత పన్నీరు ముక్కలు, జీడిపప్పు విడి విడిగా వేసి ఎర్రగా వేపి తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. తరువాత ఆవాలు, జీలకర్ర వేపి వాటికి ఉల్లిముక్కలు, అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టువేసి సన్నని మంట మీద వేపాలి. అవి వేగి నూనె పైకి వచ్చినప్పుడు పసుపు, పచ్చిమిర్చి, సరిపడ ఉప్పు వేసి వేపాలి. వేగిన వీటికి బఠాణీ, కారం, వేసి సన్నని మంట మీద వేపాలి. తరువాత టమాటా పేస్టు, గరంమసాలా, కొత్తిమీర వేసి వేపాలి. ఇవి వేగిన తరువాత కాజు, పన్నీరు ముక్కలు వేసి 3 నుంచి 4 నిమిషాల వరకు ఉడికించి తీసి సర్వింగ్ డిష్‌లో పోసి రోటి లోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

పెసరపప్పుతో కోఫ్తా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

పెసరపప్పు	:	పావు కిలో
వేరుశనగ నూనె	:	వేపటానికి సరిపడా
కొత్తిమీర	:	2 చెంచాల తరుగు
పచ్చిమిర్చి	:	2 చెంచా ముక్కలు
ఉల్లికాడలు	:	1/2 కప్పు ముక్కలు
జీడిపప్పు	:	1/4 కప్పు ముక్కలు
ఉప్పు	:	సరిపడ

బైగాన్ రైతా చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు

వంకాయ	:	1
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు సన్ననివి
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
కరివేపాకు	:	3 ఆకులు

ఎండుమిర్చి	:	3
పచ్చిమిర్చి	:	2
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
టమాటా	:	1కప్పు ముక్కలు
అల్లం పేస్టు	:	1/2చెంచా
పెరుగు	:	200గ్రా
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా వంకాయను రౌండ్‌గా సన్నని ముక్కలుగా కోసి ఉప్పునీటిలో వేసి వుంచాలి. టమాటాలను, ఉల్లిపాయలను తీసుకుని సన్నని ముక్కలుగా చేసి ఉంచాలి.

అల్లం మెత్తగా నూరాలి. పొయ్యిమీద బాండీ పెట్టి నూనె వేసి ఆవాలు, కరివేపాకు, ఎండుమిర్చి ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి వేపాలి. వేసిన వీటికి వంకాయ ముక్కలు, టమాటా ముక్కలు వేసి సరిపడ ఉప్పు వేసి మగ్గనివ్వాలి. మగ్గిన వీటికి వంకాయ ముక్కలు, టమాటా ముక్కలు వేసి సరిపడ ఉప్పు వేసి మగ్గనివ్వాలి. మగ్గిన వీటికి కొత్తిమీర, పుదీనా ఆకులు వేసి కలిపి దించాలి. పెరుగు గరిటతో బాగా కలిపి అవసరమైతే కొంచెం నీరు పోసి చిక్కగా ఉంచాలి. ఆరిన టమాటా, వంకాయ మిశ్రమాన్ని, ఉల్లిముక్కలు పెరుగులో వేసి గరిటతో అంతా కలిసేలా కలిపి ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి చల్లగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

గ్రేవీకి కావలసినవి

ఉల్లికాడలు	:	1/4 కప్పు ముక్కలు
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు తురుము
టమాటాలు	:	6 చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ

మసాలా పేస్టుకి కావలసినవి

ధనియాలు	:	1 1/2 చెంచా
కొబ్బరి తురుము	:	1/2 కప్పు
లవంగాలు	:	5

దాల్చినచెక్క	:	2 అంగుళం ముక్క
జీలకర్ర	:	1 1/2 చెంచా
ఎండుమిర్చి	:	4

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పెసరపప్పు 4 గంటలు నీటిలో నానబెట్టి ఉంచాలి. తరువాత శుభ్రంగా కడిగా గ్రైండర్‌లో వేసి మెత్తగా పేస్టు చేసుకోవాలి. మసాలా పొడికి తీసుకున్నవాటిని మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. మసాలా పేస్టుకి కావలసిన వాటిని కూడా మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పేస్టు చేసుకోవాలి. పేస్టును మాత్రం పెసరపిండిలో వేసి కలిసేలా బాగా కలపాలి. ఈ పిండితో చిన్న చిన్న ఉండలు చేసుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తరువాత ఈ ఉండలు వేసి ఎర్రగా వేపి కోఫ్తాలను ప్రక్కన ఉంచాలి. ప్యాన్‌లో నూనె 6 చెంచాలు వేసి దాంట్లో ఉల్లికాడల పీసెస్ వేసి కలుపుతూ వేపుకోవాలి. ఈ లోపల టమాటాలను సన్నగా కట్ చేయాలి. వేగిన ఉల్లిముక్కలకు టమాటా ముక్కలు కూడా వేపి వేపాలి. వేగుతున్న వీటికి మసాలా పొడి వేసి కలిపి ఉడికించాలి. టమాటాలు ఉడికి నూనె వేరుపడుతున్నప్పుడు 4 కప్పులనీరు, ఉప్పువేసి ఉడికించాలి. నీరు ఉడికి బుడగలు వస్తున్నప్పుడు తయారు చేసుకున్న కోఫ్తాలను టమాటా మిశ్రమంలో వేసి ఉడికించాలి. ఈ కోఫ్తాలను బాగా నాని గ్రేవీని పీల్చుకుంటాయి. మిగిలిన గ్రేవి చిక్కబడుతుంది. ఈ కర్రీని హాట్ డిష్‌లోకి తీసి పైన కొత్తిమీర చల్లివేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

గ్రీన్‌పీస్ మసాలా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

గ్రీన్‌పీస్	:	200గ్రా
టమాటాలు	:	100గ్రా
ఉల్లిపాయ	:	1
అల్లం	:	1/2 అంగుళం ముక్క
వెల్లుల్లి	:	2
క్యాలీఫ్లవర్ ముక్కలు	:	1కప్పు
పసుపు	:	కొంచెం
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
జీలకర్ర	:	1/4 చెంచా

డ్రైఫ్రూట్స్	:	1/4 కప్పు(సన్ననిముక్కలు)
కారం	:	1/4 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	1చెంచా
నెయ్యి	:	1చెంచా
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా గ్రీన్‌పీస్ నానపెట్టి ఉడికించి సగం పీస్‌ను మిక్సీవేసి పేస్టు చేసి ప్రక్కన ఉంచాలి. టమాటా, ఉల్లిపాయలను సన్నని ముక్కలుగా చేయాలి. మిర్చి కూడా సన్నని ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. పొయ్యిమీద పాన్ పెట్టి నెయ్యి వేసి సన్నగా కట్ చేసిన డ్రైఫ్రూట్స్ వేసి వేపి తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. మిగిలిన నేతిలో ఉల్లిముక్కలు వేసి ఎర్రగా వేపాలి. వీటిని కూడా తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. నూనె వేసి దాంట్లో క్యాలీప్లవర్ ముక్కలు వేసి వేపాలి. వీటికి గ్రీన్ పీస్ కూడా చేర్చి వేపాలి.వేగిన వీటిని తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. మిగిలిన నేతిలో ఉల్లిముక్కలు వేసి ఎర్రగా వేపాలి. వీటిని కూడా తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. నూనె వేసి దాంట్లో క్యాలీప్లవర్ ముక్కలు వేసి వేపాలి.వీటిని గ్రీన్ పీస్ కూడా చేర్చి వేపాలి. వేగిన వీటిని తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. మిగిలిన నూనెలో అల్లం, వెల్లుల్లి సన్నని ముక్కలు వేసి వేపాలి. వీటికి పచ్చిమిర్చి ముక్కలు జత చేసి వేపుకోవాలి. వేగిన వీటికి పసుపు, కారం, కొత్తిమీర వేసి వేపాలి. ఒక్క నిమిషం తరువాత టమాటాముక్కలు, ఉప్పు సరిపడ వేసి 5నిమిషాలు సన్నని మంట మీదనే ఉంచి కలుపుతూ వేసుకోవాలి. పెరుగును గరిటితో కలిపి చిక్కగా చేసుకోవాలి. బాండీలోని గ్రేవీ చిక్కబడుతుండగా పెరుగు, డ్రైఫ్రూట్, వేపిన కూరలు, గ్రీన్ పీస్, పేస్టు ఉడికించాలి. గ్రేవీ ఉడికిన తరువాత గరంమసాలా కూడా వేసి కలిపి 2 నిమిషాలు మూత పెట్టి సన్నని మంట మీద ఉంచాలి. తరువాత తీసి సర్వింగ్ డిష్‌లో పోసి కొత్తిమీర చల్లివేడి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

చోళె మసాలా

కావలసిన పదార్థములు

చోళె	:	1కప్పు
టమాటాలు	:	4
ఉల్లిపాయలు	:	2అల్లం

వెల్లుల్లి పేస్టు	:	4
గరంమసాలా	:	1చెంచా
చోళెమసాలా	:	1చెంచా
కారం	:	3/4 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	3
ఎండుమిర్చి	:	2
దాల్చిన చెక్క	:	1అంగుళం ముక్క
బిరియాని ఆకులు	:	2
టీ బాగ్స్	:	2
ఉప్పు	:	సరిపడ
జీలకర్ర	:	2 చెంచా

తయారుచేయువిధానం

ముందు రోజు రాత్రి నీటిలో టీబాగ్స్ వేసి ఆ నీటిలోనె చోళె కూడా వేసి నానపెట్టాలి. మరుసటి రోజుటీ బాగ్స్ తీసి వేసిఆ నీటిలోనే, సోడా, ఉప్పు, యాలకలు, దాల్చినచెక్క వేసి ఉడకపెట్టాలి. శనగలు ఉడికిన తరువాత పొయ్యి మీద బాండీ పెట్టి నూనె వేసి కాగిన తరువాత జీలకర్ర వేసి వేపి దానికి ఉల్లిముక్కలు, అల్లం వెలుల్లి పేస్టు కూడా కలిపి ఎర్రగా వేపాలి. ఈ కర్రీని సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి కొత్తిమీర చల్లి వేడి పూరీ లేదా పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

పన్నీర్ ఖోయా కర్రీ

కావలసిన పదార్ధములు

పన్నీర్	:	200గ్రా
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	150గ్రా
టమాటాలు	:	3
ఉల్లిపాయలు	:	2
నెయ్యి	:	సరిపడ
అల్లం పేస్టు	:	1 చెంచా
ఇంగువ	:	కొంచెం
పెరుగు	:	1/2 కప్పు

గరంమసాలా	:	1చెంచా
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1 1/2 చెంచా
మఖనాలు	:	20గ్రా
కారం	:	1/2 చెంచా
పసుపు	:	కొంచెం
ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు తరుగు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పాన్‌లో కండెన్స్‌డ్ మిల్క్ పోసి దోరగా వేపి ప్రక్కన ఉంచాలి. ఇప్పుడు నెయ్యి పోసి కాగిన తరువాత పన్నీర్, మఖనాలు వేసి దోరగా వేపి ప్రక్కన ఉంచాలి. ఉల్లిముక్కలు, పచ్చిమిర్చి వేసి వేపాలి. వాటికి అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు కూడా కలిపి ఎర్రగా వేపుకోవాలి. రెండు నిమిషాల తరువాత జీలకర్ర, గరంమసాలా, ఇంగువ, కారం, ఉప్పు, పసుపు, వేసి వేపి వాటికి టమాటా ముక్కలు, పెరుగు కలపాలి. తగినంత నీరు పోసి గ్రేవీలాగా చేసి ఉడికించాలి. ఈ మిశ్రమం ఉడికి చిక్కబడుతుండగా వేపి పన్నీర్, మఖనాస్ కండెన్స్‌డ్ మిల్క్ కలిపి ఒక్క ఉడుకు రానిచ్చి కొత్తిమీర చల్లివేడి వేడినాన్, పరోట, చపాతీలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

మసాలా గ్రేవీ కోఫ్తా

కావలసిన పదార్ధములు

సొరకాయ	:	ఒకటిచిన్నది
పచ్చిమిర్చి	:	3 లేక 4
శెనగపిండి	:	40గ్రాములు
నిమ్మరసం	:	3 టీస్పూనులు
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
ఉప్పు	:	తగినంత

గ్రేవీ తయారీకి కావలసిన పదార్ధములు :

ఎండుకొబ్బరి	:	10గ్రాములు
గసగసాలు	:	10గ్రాములు
టొమోటోలు	:	50గ్రాములు

ధనియాలపొడి	:	1/2 టీస్పూను
అల్లం వెల్లుల్లి	:	1/2 టీస్పూను
ఉల్లిపాయలు	:	50గ్రాములు
పెరుగు	:	అరకప్పు
కారం, పసుపు	:	తగినంత
ఆయిల్	:	50గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం

గిన్నెలో నూనె పోసికాగేక ఉల్లిపాయ ముక్కల్ని దోరగా వేయించండి. ఆపై అల్లం, వెల్లుల్లి ముద్ద, పసుపు, ధనియాల పొడి, కారం కలిపి వేయించండి. ముద్దగా నూరిన గసగసాలు, ఎండుకొబ్బరి మసాలను కూడా కలిపి కలర్ మారే వరకూ వేయించండి. దానిలో టోమోటో ముక్కలను వేసి ఫ్రై చేసి, పెరుగు వేయండి. కొద్దిసేపు ఉడికించండి.గ్రేవీ రెడీ అవుతుంది. గ్రేవీని పక్కనపెట్టి, సొరకాయను తురిమి(చెక్కుతీసి) అందులో కొద్దిగా ఉప్పువేసి నానబెట్టండి. (7లేక8 నిమిషాలు) ఆపై నీళ్ళు పిండి తురుము, సొరకాయ తీయండి. బాండీలో కొద్దిగా నూనెపోసి అది కాగాక పచ్చిమిరిపకాయ ముక్కల్ని వేసి దానికి శెనగపిండిని చేర్చి రంగు మారే వరకు వేయించండి.సొరకాయ తురిమి అందులోవేపి, నిమ్మరసం చల్లండి.మొత్తం పదార్ధాన్ని ఉండలుగా చేసి నూనెలో ముంచి వేయించి వాటిని విడిగా ఉంచిన గ్రేవీలో వేయండి. మసాలా కోఫ్తాకర్రీ రెడీ. వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యండి.

ముల్లంగి పరోటాలు

కావలసిన పదార్ధములు

ముల్లంగి	:	2
గోధుమపిండి	:	1/4 కిలో
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు
ఉల్లిపాయ	:	1
పచ్చిమిర్చి	:	1
దానిమ్మగింజలపొడి	:	1/2 చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా
నెయ్యి	:	వేపటానికి సరిపడ
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ముల్లంగి చెక్కుతీసి, తురిమి ఉంచాలి. పచ్చిమిర్చి కట్ చెయ్యాలి. ఉల్లిపాయ ముక్కలు కూడా కలపాలి. పిండి జల్లించి బేసిన్‌లో పోసి దానికి, ముల్లంగి తురుము, ఉల్లి, పచ్చిమిర్చి, కారం కొత్తిమీర, దానిమ్మపొడి, తగినంత నీరుపోసి గట్టిగా కలుపుకోవాలి. అరగంట నాననిచ్చి ముద్దలు చేసి పల్చగా సాదుకోవాలి. వీటికి అటు ఇటు నెయ్యి రాసి బేక్ చేసుకోవాలి. లేదా పెనం మీద నేతితో సన్నని మంట మీద ఎర్రగా కాల్చాలి. వేడి వేడిగా వీటిని కొత్తిమీర చట్నీ లేదా రైతలలో సర్వ్ చెయ్యాలి.

మిక్స్‌డ్ వెజ్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

బంగాళదుంపలు	:	2
టమాటా	:	2 చెంచాలరసం
క్యారెట్	:	1
బీన్స్	:	1/2కప్పు ముక్కలు
క్యాలీఫ్లవర్	:	1కప్పు సన్నని ముక్కలు
క్రీం	:	3/4 కప్పు
బిరియాని ఆకులు	:	2
పెరుగు	:	1కప్పు
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
యాలుకలపొడి	:	1/4 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
కారం	:	1చెంచా
అల్లం పేస్టు	:	1చెంచా
వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1చెంచా
బటర్	:	75గ్రా
ఉల్లిపాయలు	:	2
దాల్చిన చెక్క	:	1అంగుళం ముక్క
పచ్చిమిర్చి	:	2
మిరియాలపొడి	:	1/4చెంచా

నూనె	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లిపాయలు కట్ చేసి ఉంచాలి. బంగాళదుంప, క్యారెట్ చెక్కుతీసి ముక్కలు కట్ చెయ్యాలి. క్యాలీఫ్లవర్ ముక్కలుగా చేసి ఉప్పు నీటిలో కడిగి ప్రక్కన ఉంచాలి. బీన్స్ సన్నని ముక్కలు చెయ్యాలి. ముందుగా ఒక పెరుగు కలబెట్టి దానికి టమాటా రసం, గరంమసాలా, యాలుకలపొడి, ధనియాలపొడి, అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు, కారం, సరిపడ ఉప్పు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. ప్యాన్‌లో నూనె, బటర్ వేసి వేడి చేసి దాంట్లో దాల్చిన చెక్క, బిరియాని ఆకు వేసి వేపి వాటికి ఉల్లిముక్కలు కలిపి ఎర్రగా వేపుకోవాలి. ఎర్రగా వేగిన వీటికి పెరుగు మిశ్రమం కలిపి 3 నిమిషాలు వేపాలి. తరువాత అన్ని కూరముక్కలను వేసి సరిపడ నీరు పోసి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. కూరలన్నీ ఉడికినప్పుడు కొత్తిమీర, క్రీం వేసి ఉడికించి దించాలి. నాన్, పరోటాలోకి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

మేథి ఆలు కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

మెంతికూర : 2 కట్టలు
బంగాళదుంపలు: 2
టమాటాలు: 2
ఉల్లిపాయ: 1
అల్లం: 1/2 అంగుళం ముక్క
వెల్లుల్లి: 4
పసుపు: సరిపడ
ఉప్పు: సరిపడ
కారం: 1/4చెంచా
ఆవాలు: 1/4చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లిపాయల్ని ముక్కలు కట్ చేయాలి. టమాటాలను కూడా సన్నగా ముక్కలు చెయ్యాలి. బంగాళదుంపలు తొక్కుతీసి ముక్కలు కట్ చేసి ఉంచాలి. మెంతికూరని శుభ్రంగా కడిగి ఉంచాలి. ప్యాన్‌లో నూనె వేసి ఆవాలు వేసి వేగాక ఉల్లిముక్కల్ని, అల్లం, వెల్లుల్లి, పేస్టు, పచ్చిమిర్చిముక్కలు, కారం, పసుపు, ఉప్పు వేసి వేపాలి. వేగిన వీటికి బంగాళదుంపలు వేసి 5 నిమిషాలు మగ్గనివ్వాలి. తరువాత టమాటా, మెంతికూర వేసి బాగా కలిపి మూతపెట్టి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. ముక్కలు ఉడికిన తరువాత తీసి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

వెజ్‌ధోక్లా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

శనగలు	:	200గ్రా
కొబ్బరితురుము	:	6 చెంచాలు
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
పచ్చిమిర్చి	:	1
ఆవనూనె	:	వేపటానికి సరిపడ
పంచదార	:	2 చెంచాలు

గ్రేవికీ కావలసినవి

బంగాళదుంపలు	:	3
టమాటాలు	:	2
గరంమసాలా	:	1చెంచా
కారం	:	1 చెంచా
జీలకర్ర	:	1చెంచా
పంచదార	:	1చెంచా
పసుపు	:	1/2 చెంచా
బిరియాని ఆకులు	:	2
నెయ్యి	:	2 చెంచాలు
ఆవనూనె	:	3చెంచాలు
అల్లం మిర్చి పేస్టు	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా శనగలు రాత్రిపూట నానబెట్టి మరుసటి రోజు నీరు వార్చి వాటిని మిక్సీ వేసి మెత్తగా పేస్టు చేసుకోవాలి. ఈ పేస్టుకి సరిపడ ఉప్పు కలపాలి. బి అల్లం, మిర్చి కలిపి మెత్తగా పేస్టు చేయాలి. ఈ అల్లం మిర్చి పేస్టుని, కొబ్బరితురుమును, పంచదార, శనగల పేస్టుకి జతచేసి కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని చదునుగా, వెడల్పుగా ఉన్న గిన్నెలో వేసి సమానంగా చేసి ఉడికించాలి. అది గట్టిగా ఉడకుతుంది. చిన్నచిన్న డైమండ్ షేపులలో పీసెస్ కట్ చేయాలి. బాండీలో ఆవనూనె వేసి వేడిచెయ్యాలి. కాగిన నూనెలో కట్ చేసిన పీసెస్ వేసి ఎర్రగా వేపాలి. వేగిన

ధోకాలను తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. గ్రేవీ తయారీ కోసం ముందుగా బంగాళదుంపల చెక్కుతీసి చిన్నచిన్న ముక్కలుగా చేసి నీటిలో వేసి ఉంచాలి. ఆవనూనె బాండీలో ఉన్నది కాగబెట్టి దాంట్లో నీటిలోంచి తీసి పిండి కాగిన నూనెలో వేసి దోరగా వేసి తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. ప్యాన్‌లో3 చెంచాల నూనె వేసి వేడి చేయాలి. దాంట్లో బిరియాని ఆకులు, జీలకర్ర వేసి వేపాలి. వేగిన వీటికి అల్లం మిర్చి పేస్టు వేసి కలపాలి. తరువాత సన్నగా కట్ చేసిన టమాటా ముక్కలు వేసి ఉడికించాలి. ఉడికిన టమాటాలకు బంగాళదుంపలు దోరగా వేసినవి వేసి వేపి 4 కప్పుల నీరు సరిపడ ఉప్పు వేసి ఉడికించాలి. నీరు బుడగలు వస్తున్నప్పుడు ధోక్లాలను వేసి ఉడికించాలి. ధోకాలు మెత్తగా అయిగ్రేవీ చిక్కబడిన తరువాత కారం, గరంమసాలా, పంచదార, పసుపు, నెయ్యి వేసి బాగా కలిపి అరనిమిషం ఉంచి తీసి హాట్ డిష్‌లేదా సర్వింగ్ డిష్‌లో పోయాలి. పైన ఉడికించిన గ్రీన్‌పీస్, కొత్తిమీర చల్లి డెకరేట్ వేసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

గోబి పరోటా

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి	:	అరకిలో
క్యాలీఫ్లవర్	:	1పెద్దపువ్వు
గరంమసాలా	:	1చెంచా
కారం	:	1/2చెంచా
అల్లం	:	1 అంగుళంముక్క
పచ్చిమిర్చి	:	2
ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/2కప్పు
నెయ్యి	:	వేపటానికి సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా క్యాలీఫ్లవర్‌ని సన్నని ముక్కలుగా కట్ చేసి ఉప్పు నీటిలో వేసి శుభ్రంగా కడిగి ఉంచాలి. శుభ్రంగా కడిగిన ముక్కలకి కొంచెం ఉప్పు, కొత్తిమీర, గరంమసాలా, కారం, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, అల్లంపేస్టు జత చేసి బాగా కలిపి ముక్కలకి పట్టించాలి. బేసిన్‌లో శుభ్రంగా జల్లించిన గోధుమపిండి వేసి కొంచెం ఉప్పు వేసి పూరీ పిండిలా కలుపుకోవాలి. వీటిని పెద్ద నిమ్మకాయంత ఉండలుగా చెయ్యాలి.

ఒక్కొక్క ఉండని సాది క్యాలీఫ్లవర్ మిశ్రమం పైన సమానంగా సర్ది బేక్ చెయ్యాలి. వేడి వేడిగా ఏదన్నా రైతా, కర్రీలతో సర్వ్ చెయ్యాలి. (లేదా క్యాలీఫ్లవర్ మిశ్రమాన్ని ఉడికించి ఒక ఉండని పల్చగా సాది దాని మీద ఈ కర్రీ పెట్టి ఇంకొక ఉండ సాది కర్రీపై పెట్టి చుట్టు వత్తితో అతుక్కుంటాయి. ఈ పరోటాని పెనంమీద నెయ్యి వేసి రెండు వైపులా ఎర్రగా వేపుకోవాలి.

పాలక్ పనీరు

కావలసిన పదార్థములు

పాలకూర	:	5కట్టలు
కారప్పొడి	:	1 1/2 టేబుల్ స్పూనులు
జీలకర్ర	:	1 టేబుల్ స్పూన్
పచ్చిమిరపకాయ	:	రెండు
ధనియాల పొడి	:	1 టేబుల్ స్పూన్
పంచదార	:	1/4 టేబుల్ స్పూను
ఉల్లిపాయ ముక్కలు	:	కొన్ని
పనీరు	:	1/2 కేజి(ఇష్టాన్ని బట్టి ఎక్కువ, తక్కువ వేసుకోవాలి)
టొమోటోలు	:	మూడు
నూనె	:	2 టేబుల్ స్పూనులు
ఉల్లిపాయలు	:	2 పెద్దవి
గరంమసాలా పొడి	:	1 టేబుల్ స్పూన్
పాలమీగడ	:	1 టేబుల్ స్పూన్
నెయ్యి	:	1టేబుల్ స్పూన్
తురిమిన చీజ్	:	1 టేబుల్ స్పూన్

తయారుచేయు విధానం

5కట్టల పాలకూరని శుభ్రం చేసి తరిగి ఉంచుకోండి.అలా తరిగి ఉంచుకున్న కూరలో నీరు పోసి ప్రెషర్ కుక్కర్‌లో ఉడికించండి. 3నిమిషాలలో ఉడికిపోతుంది. అలా ఉడికిన తర్వాత నీరుని విడిగా తీసి ఉంచుకోండి. వెల్లుల్లిపాయలను, టొమోటోలను, ఉల్లిపాయలను తరిగి ఉంచుకోండి. ముందుగా వెల్లుల్లి ఒక టేబుల్ స్పూన్ నూనెలో వేసి వేయించండి. వేగిన తరువాత ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేసి వేయించండి. ఆపై టమోటో ముక్కలు వేసి వేయించండి. ఆపై ఉడికించిన పాలకూరతో పాటు వేయించినవన్నీ వేసి

రుబ్బుకోండి. బాణలిలో నూనె వేసి జీలకర్ర, పచ్చిమిర్చి, (తరిగినవి) ఉల్లిపాయలు (తరిగినవి) ముక్కలు వేసి వేయించండి. వేగాక ధనియాల పొడి, పంచదార, పసుపు, కారం అలాగే రుబ్బి ఉంచిన ఆకుకూర ముద్దవేసి, పాలకూర మగ్గాక విడిగా తీసిన నీరుని కూడా చేర్చండి. ఉడికిన తర్వాత అందంగా కట్‌చేసి ఉంచుకున్న పనీరు ముక్కలను అందులో వేయండి. మళ్ళీ బాణలిలో నెయ్యివేసి వేడిచేసి, కొద్దిగా గరంమసాలా పొడిని కూడా కలిపి వేయించి మసాలాలో కలపండి. తురిమి ఉంచుకున్న ఛీజ్ మరియు పాలమీగడ వేసి కలపాలి. తరువాత తీసి హాట్ డిష్‌లోకి పోసి వేడి వేడిగా సర్వ్‌చెయ్యాలి.

పన్నీరు షాహి

కావలసిన పదార్థములు

పన్నీరు	:	200గ్రా
టమాటాలు	:	2
ఉల్లిపాయ	:	1
క్రీం	:	1/4కప్పు
పంచదార	:	1/2 చెంచా
నెయ్యి	:	1 చెంచా
గరంమసాలా	:	1/4 చెంచా
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా
పసుపు	:	కొంచెం
ఆమ్‌చూర్ పొడి	:	1/4 చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లి, టమాటాలను సన్నని ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. పన్నీరును 1/2 అంగుళం పొడవు, వెడల్పు గల ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. పొయ్యిమీద ప్యాన్‌లేదా బాండీ పెట్టి నూనెవేసి కాగిన తరువాత జీలకర్ర వేసి తరువాత ఉల్లిముక్కలు వేసి సన్నని మంటమీద ఎర్రగా వేపాలి. వేగిన వీటికి పసుపు, కారం, ఆమ్‌చూర్ పొడి వేసి కలిపి ముక్కలకు పట్టించాలి. ఈ లోపు టమాటాలను తురమాలి లేదా సన్నన్ని ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. వేగుతున్న ముక్కలలో టమాటా తురుము వేసి తగినంత ఉప్పు వేసి మళ్ళీ బాగా కలుపుతూ వేపాలి. టమాటాలు మగ్గి వేగిన తరువాత ఒక కప్పు నీరు పోసి ఉడికించాలి. గ్రేవీ ఉడికి చిక్కబడుతున్నప్పుడు

గరంమసాలా, పంచదార, పన్నీరు ముక్కలు వేసి బాగా కలిపి ఉంచి 2 నిమిషాలు ఉడికించాలి. ఉడికిన గ్రేవీని దించి దాంట్లో క్రీం వేసి కలిపి వేడి వేడిగా రోటి లేదా ఫ్రైడ్‌రైస్ లాంటి వాటిలోకి సర్వ్ చేయాలి.

బైగాన్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

గుత్తివంకాయలు	:	1/4కిలో(చిన్నవి)
ఉల్లిపాయలు	:	2
అల్లం	:	1/2 అంగుళం ముక్క
వెల్లుల్లి	:	4
కారం	:	1/2చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
జీలకర్ర	:	1/2చెంచా
సోంపు	:	1/2 చెంచా
ధనియాల పొడి	:	2చెంచాలు
పసుపు	:	కొంచెం
ఆమ్‌చూర్‌పొడి	:	1/2చెంచా
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు తరుగు
నూనె	:	4చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా లేత వంకాయలు తీసుకుని శుభ్రంగా కడిగి వాటిని మధ్యకి చీల్చి నీటిలో వేసి ఉంచాలి. అల్లం, వెల్లుల్లి, ధనియాలపొడి, ఉల్లిముక్కలు, కారం, సోంపు, పసుపు, సరిపడ ఉప్పు కలిపి మిక్సీ వేసి మెత్తటి గుజ్జు తయారుచేసుకోవాలి. వంకాయలలో ఈ గుజ్జుని కూరాలి. మందపాటి గిన్నెలో నూనె వేసి పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, జీలకర్ర వేసి దాంట్లో వంకాయలను పెట్టి రెండు కలుపుతూ వేపాలి. వీటికి కొంచెం నీరు కలిపి మూతపెట్టి ఉడికించాలి. వంకాయలు ఉడికి మెత్తబడినప్పుడు బాగా కలిపి సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి కొత్తిమీర చల్లి వేడివేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

కీరరైత

కావలసిన పదార్ధములు

కీరదోసకార	:	1
పెరుగు	:	2 కప్పులు
జీలకర్ర		1/2 చెంచా(పొడి)
పచ్చిమిర్చి	:	2
పంచదార	:	1/2 చెంచా
ఉల్లి	:	1
ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా కీరదోసకాయ కడిగి చెక్కుతీసి తురిమి ఉంచాలి. ఉల్లిపాయ కూడా తొక్కుతీసి సన్నగా ముక్కలు కట్ చెయ్యాలి. బౌల్‌లో పెరుగు వేసి దానికి ఉప్పు, పంచదార, జీలకర్ర పొడి వేసి బాగా కలపాలి. ఇప్పుడు కీరతురుము, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు ఉల్లిముక్కలు వేసి బాగా కలిపి కొత్తిమీర చల్లి డిష్‌ని ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి పరోటా, నాన్ మొదలగు వాటిలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

బంగాళదుంపల ధమ్

కావలసిన పదార్ధములు

బంగాళదుంపలు	:	ఆరు
అల్లం	:	2 అంగుళాల ముక్క
ఉల్లిపాయలు	:	మూడు
పచ్చి మిరపకాయలు	:	4
ధనియాలు	:	1 1/2 టేబుల్‌స్పూన్
జీలకర్ర	:	3 టీ స్పూనులు
పెరుగు	:	1 1/2 కప్పు
పసుపు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బంగాళదుంపలను ఉడకబెట్టి పొట్టుతీసి ముక్కలుగా కట్ చేసి

ఉంచుకోండి. బాండీలో నూనె లవంగాలు, యాలుకులు, దాల్చిన చెక్క, మసాలా ఆకు వేసి బాగా వేయించి, అల్లం, పచ్చిమిర్చి,ఉల్లిపాయలను నూరగా వచ్చిన ముద్దను కూడా వేసి బాగా వేయించాలి. ఆపై పెరుగు వేసి, అవసరమైనంత నీరు కూడా కలిపి ఉడికించండి. గ్రేవీలా వచ్చాక ఉడికించి, కట్‌చేసి ఉంచిన బంగాళదుంపలను వేసి తగినంత ఉప్పు వేయండి. కలబెట్టి కొద్దిసేపాగి దింపుకోండి. రైస్‌లోకి, చపాతీలలోకి మసాలా ధమ్ రెడీ.

గ్రీన్‌పీస్ దాల్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

పచ్చిశనగపప్పు	:	1 కప్పు
పెరుగు	:	1 కప్పు
ఉల్లిపాయ	:	1
గ్రీన్‌పీస్	:	1 కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	4
అల్లం	:	2 చెంచాల పీసెస్
నల్లయాలకులు	:	2
దాల్చినచెక్క	:	2 అంగుళం ముక్క
బిరియానీ ఆకులు	:	2
కారం	:	1 చెంచా
పసుపు	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	4 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు తరుగు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా శనగపప్పును 4 గంటలపాటు నాననివ్వాలి.తరువాత శుభ్రంగా కడిగి నీటిని వార్చి ఉంచాలి. ఉల్లిపాయ తొక్కుతీసి సన్నగా ముక్కలు కట్ చేయాలి. పెరుగును బాగా బీట్ చేసి ఉంచాలి. ఈ పెరుగుకి కారం, అల్లం ముక్కలు, పసుపు, సరిపడ ఉప్పు వేసి బాగా మిక్స్ చెయ్యాలి. ప్రెషర్ ప్యాన్‌లో నూనె వేసి కాగనివ్వాలి. కాగిన నూనెలో లవంగాలు, దాల్చినచెక్క యాలకులు మరియు బిరియాని ఆకులు వేసి అరనిమిషం పాటు వేపాలి. వేగిన వీటికి ఉల్లిముక్కలు జత చేసి ఎర్రగా వేపాలి. తరువాత పెరుగు మిశ్రమం కలిపి మీడియం

మంట మీద కలుపుతూ వేపాలి. అంతా వేసి నూనె విడివడుతుండగా పచ్చిశనగపప్పు, బఠాణీ వేసి అరకప్పు నీరు పోసి ఉడికించాలి. కుక్కర్ 1 విజల్ వచ్చేంత వరకు ఉంచి దించాలి. తీసి సర్వింగ్ డిష్‌లో పోసి పైన కొత్తిమీర, పచ్చిమిర్చితో డెకరెట్ చేసి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

రాజ్‌మా మసాలా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

రాజ్‌మా	:	200గ్రా
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
పెరుగు	:	1కప్పు
క్రీం	:	2 చెంచాలు
నెయ్యి	:	3 చెంచాలు
ధనియాలు పొడి	:	1చెంచా
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా
పసుపు	:	1/4 చెంచా సోడా
ఉప్పు	:	చిటికెడు
అల్లం	:	1అంగుళం ముక్క
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పుతరుగు
పచ్చిమిర్చి	:	2

తయారుచేయు విధానం

ముందురోజు రాత్రి రాజ్‌మాని బాగా కడిగి నీటిలో కొంచెం ఉప్పు నానబెట్టాలి. మరుసటి రోజు ఆ నీటితోనే వాటిని ఉడకపెట్టి ప్రక్కన ఉంచాలి. బాండీలేదా ప్యాన్‌లో నెయ్యి వేసి ఉల్లి, అల్లం, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు ఎర్రగా వేపాలి. పెరుగును బాగా కలిపి దానికి పసుపు, ధనియాలు, ఉప్పు, కారం వేసి కలిపి వీటిని పాన్‌లో ఉడికించాలి. తరువాత ఉడికిన రాజ్‌మా వేసి ఉడికించాలి. ఉడుకుతున్నప్పుడు గరంమసాలా, క్రీం, కొత్తిమీర వేసి కలిపి మూతపెట్టి పొయ్యి ఆర్పాలి. పదినిమిషాల తరువాత చపాతీ, పుల్కా, ఫ్రైడ్‌రైస్ లాంటి వాటిలోకి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

క్యాలీఫ్లవర్ పొటాటో డ్రై కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

బంగాళదుంపలు: 1/4కిలో
క్యాలీఫ్లవర్: 1(పెద్దపువ్వు)
టమాటాలు: 2
జీలకర్ర: 1చెంచా
ఇంగువ: చిటికెడు
పచ్చిమిర్చి: 2
ఎండుమిర్చి: 2
అల్లంముక్కలు: 1అంగుళం
ముక్క కొత్తిమీర: కొంచెం
నిమ్మరసం: 2చెంచాలు
కారం: 1చెంచా
ధనియాలపొడి: 1చెంచా
పసుపు: 1/4 చెంచా
నూనె: 1/4 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బంగాళదుంప చెక్కుతీసి నాలుగు ముక్కలుగా చేయాలి. క్యాలీఫ్లవర్‌ను చిన్న,చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసి ఉప్పు నీటిలో కడిగి ఉంచాలి. పచ్చిమిర్చి సన్నగా కట్ చేయాలి. ఉల్లిపాయను కట్ చేసి ఉంచాలి. టమాటాలు చిన్న చిన్న ముక్కలుగా చేయాలి. బాండీ పెట్టి నూనె పోసి కాగిన తరువాత జీలకర్ర వేసి వేపాలి. వీటికి ఎండుమిర్చి, ఇంగువ కూడా కలిపి, అల్లం వెల్లుల్లి ముక్కలు వేసి వేపాలి.వీటికి బంగాళదుంపలు ముక్కలు కలిపి 5 నిమిషాలు వేపి క్యాలిఫ్లవర్ పూలు కలపాలి. రెండు నిమిషాల వేపిన తరువాత వాటికి ఉప్పు, కారం, ధనియాలపొడి వేసి అరకప్పు నీరు పోసి మూతపెట్టి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. వీటికి టమాటా ముక్కలు, గరంమసాలా, కొత్తిమీర కలిపి పొడిగా అయ్యేంత వరకు ఉడికించాలి. పొడిగా అయిన తరువాత దించి ఆ కర్రీని నిమ్మరసం కలిపి సర్వింగ్ డిష్‌లో వేసి వేడి వేడిగా నాన్‌లేదా పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

క్యాప్సికమ్, టమెటా పనీర్

కావలసిన పదార్థములు

క్యాప్సికమ్	:	50 గ్రాములు
టోమోటో	:	50 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	50గ్రాములు

పెరుగు	:	సగం కప్పు
పనీర్	:	100గ్రాములు
కొత్తిమీర	:	చిన్నకట్ట
అల్లం,వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1టీస్పూన్
నూనె	:	తగినంత
పచ్చిమిరపకాయలు	:	నాలుగు
ఛాట్‌మసాలా	:	చిటికెడు
కారం	:	కొద్దిగా
రెడ్ కలర్	:	చిటికెడు:
ఉప్పు	:	తగినంత
పొదీనా	:	1/4 కప్పు ఆకులు
కొత్తిమీర	:	1/4కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పనీర్, క్యాప్సికమ్‌ను ముక్కలుగా కట్ చేసి ఉంచుకోండి. ఉల్లిపాయలను రేకలుగా వూడదీయండి. సరిపడ గిన్నె తీసుకుని, అందులో కారం, అల్లం, వెల్లుల్లిపాయ మిశ్రమాన్ని, కొత్తిమీర, పొదీనా, పచ్చిమిరపకాయను నూరగా వచ్చిన ముద్దను వేసి పెరుగు పోయండి. అందులో రెడ్‌కలర్, సరిపడేంత ఉప్పుని వేసి బాగా కలియబెట్టండి. టొమోటోలను కోసి మిక్సీలో వేసి జూస్ చెయ్యండి. ఆపై పనీరును, క్యాప్సికమ్, టోమోటోలను గిన్నెలో వేసి, అందులో పెరుగు మిశ్రమాన్ని పోసి కలయబెట్టి ఓ నలభై నిమిషాలు నానబెట్టండి. నానబెట్టాక రేకులుగా వూడదీసి సిద్ధంగా ఉంచుకున్న ఉల్లిపాయలను కూడా కలిపి ఓ ఇనుప సన్నటి చువ్వకు, క్యాప్సికమ్, పనీర్ ముక్కలు, ఉల్లిపాయలను ఒకదాని తర్వాత ఒకటి గుచ్చి తందూరీలో పదినిమిషాలుంచి తీయండి. దానికి ఛాట్ మసాలా చల్లి రుచి చూడటమే.

ఆలు పరోటా

కావలసిన పదార్ధములు

గోధుమపిండి	:	పావుకిలో
ఛాట్‌మసాలా	:	1 టీస్పూన్
కొత్తిమీర	:	చిన్నకట్ట
ఉప్పు	:	సరిపడ

నూనె	:	తగినంత
బంగాళదుంపలు	:	3 కప్పులు (ఉడికించి తురిమి ఉంచుకోవాలి)
కారం	:	1 టీస్పూన్
నిమ్మకాయ	:	పెద్దది ఒకటి
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా గోధుమ పిండిలో నీళ్ళు పోసి పిండిని కలిపి, ముద్దలా చేయాలి. దానిపై తడిగుడ్డ వేసి ఆరబెట్టి(పావుగంట) ఆపై చేతితో అద్దుతూ ఒక ముద్దలా చేయండి. ఉడికించి తురిమిన బంగాళదుంపలతో ఛాట్ మసాలా ఇంకా కల్లు ఉప్పు కలపండి, నిమ్మరసం, కొత్తిమీర, ఉప్పు కూడా కలిపి మొత్తం కూరను కలబెట్టండి.

ఇక మెత్తగా చేసిన గోధుమపిండి పెద్ద ముద్ద నుంచి చిన్నచిన్న ముద్దలుగా చేసుకుని, కావలసిన పరిమాణంలోకి ఒత్తండి. ఒత్తేకా, దానిపై బంగాళదుంపల కూరనుబాగా పూసి, మళ్ళీ దానిపై మళ్ళీ గోధుమపిండి చపాతీ పెట్టి అన్నీ వైపులా చేతితో మూసి వేసి, మళ్ళీ మరోసారి దానిపై పొడి పిండి జల్లి ఒత్తి వేడి పెనం మీద కాల్చండి. అంతే మీ పరోటా రెడీ.

కడి మంగోచి

కావలసిన పదార్థములు

పెసరపప్పు	:	200గ్రా
అల్లం	:	1 1/2అంగుళం ముక్క
పచ్చిమిర్చి	:	4
నూనె	:	వేపటానికి సరిపడ
ఉప్పు	:	సరిపడ

కడి తయారీకి

శనగపిండి	:	100గ్రా
పెరుగు	:	అరలీటరు
ధనియాల పొడి	:	1 చెంచా

దానిమ్మపొడి	:	1 చెంచా
కారం	:	1చెంచా
పంచదార	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
పసుపు	:	చిటికెడు
నీరు	:	1/2 లీటరు

పైన డెకరేట్‌కు కావలసినవి

నెయ్యి	:	3 చెంచాలు
జీలకర్ర	:	1 చెంచా
మెంతులు	:	1/2చెంచా
ఎండుమిర్చి	:	2

తయారుచేయు విధానం

పెసరపప్పును 4 గంటల పాటు నానవివ్వాలి. నానిన పప్పును వార్చి కొద్దిగా నీరు మాత్రమే ఉపయోగించి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పేస్టు చెయ్యాలి. ఆ పిండికి సన్నగా కట్ చేసిన అల్లం ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, సరిపడ ఉప్పు వేసి గట్టిగా కలుపుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసి కాగనివ్వాలి. కాగిన నూనెలో చిన్న చిన్న ఉండలుగా ఈ మిశ్రమాన్ని వేసి ఎర్రగా వేపుకోవాలి. ఈ పెసర బాల్స్‌ను తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. పెరుగును బాగా గిలకొట్టి శనగపిండి వేసి ఉండలు లేకుండా కలుపుకోవాలి. పెరుగు మిశ్రమానికి సరిపడ ఉప్పు, కారం, ధనియాలపొడి, దానిమ్మపొడి, పసుపు, పంచదార, కొత్తిమీర వేసి కలపాలి. ఈ పెరుగు మిశ్రమాన్ని పొయ్యిమీద పెట్టి కలుపుతూ ఉడికించాలి. 10 నిమిషాల తరువాత వేపిన పెసర బాల్స్‌ను కూడా వేసి అవి మెత్తబడే వరకు ఉడికించాలి. ఉడికించిన ఈ మిశ్రమాన్ని సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీయాలి. చిన్న బాండీలో నెయ్యి వేసి ఎండుమిర్చి, జీర, మెంతుల వేసి వేపి ఆ మొత్తాన్ని పెరుగు మిశ్రమం పైన పర్చినట్లుగా పోయాలి. వైట్ రైస్ లేదా పుల్కాలకు వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

మహారాణి మసాలా దాల్

కావలసిన పదార్థములు

కందిపప్పు	:	1కప్పు

అల్లం	:	చిన్నముక్క
పచ్చికొబ్బరి	:	1కప్పు (కొబ్బరికోరును అల్లాన్ని కలిపి రుబ్బి ఉంచుకోండి)
ఉల్లిపాయలు	:	3 పెద్దవి (సన్నగా తరిగి ఉంచుకోవాలి)
వెల్లుల్లి	:	10 రెబ్బలు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	8లేక 9 (నిలువుగా కట్ చేసి ఉంచుకోవాలి)
ఉప్పు	:	తగినంత
టమోటోలు	:	నాలుగు
నూనె	:	సరిపడినంత
పసుపు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా కందిపప్పులో కొద్దిగా పసుపు పోసి సరిపడ నీళ్ళు పోసి ఉడికించండి. బాండీలో నూనె వేసి బాగా కాగాక కట్‌చేసి సిద్ధంగా ఉంచుకున్న ఉల్లిపాయముక్కలను వేసి దోరగా రంగుమారే వరకు వేయించండి. ఆపై పచ్చి మిరపకాయలను, టమోటోలను కూడా వేసి వేయించండి.విడిగా ఉడకబెట్టి ఉంచుకున్న పప్పును మరియు మసాలా ముద్దను ఇందులో వేసి బాగా కలిపేలా కలియ తిప్పాలి. జీలకర్ర, కరివేపాకు నేతితో వేయించి తాళింపులా పెట్టండి. చివరగా కొత్తిమీర చల్లండి. ఇష్టమున్నవారు నిమ్మకాయ పిండుకోండి.

ఆలుచోళె కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

మినుములు	:	1కప్పు
బంగాళదుంప	:	1(పెద్దది)
ఉల్లిపాయ	:	1(చిన్నది)
ఉప్పు	:	సరిపడ
పసుపు	:	కొంచెం

నూనె	:	3 చెంచాలు
అల్లం	:	1/2 అంగుళం ముక్క
వెల్లుల్లి	:	2
టమాటా	:	2
గరం మసాలా	:	1/2చెంచా
కారం	:	1/2చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	1
ఆమ్‌చూర్ పొడి	:	1/4చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1/2చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా మినుములను నానబెట్టి వడగట్టి ఉంచాలి. ఉల్లి, టమాటా, మిర్చిలను సన్నగా కట్ చేసుకోవాలి. మినుములను నీటిలో ఉడికించి ప్రక్కన ఉంచాలి. బంగాళదుంప చెక్కుతీసి ముక్కలు చేసి ఉడికించాలి. బాండీలో నూనె వేసి ఉల్లిముక్కలు, అల్లం వెల్లుల్లి వేసి ఎర్రగా వేపాలి. వేగిన వీటికి ఉప్పు, కారం, పసుపు, పచ్చిమిర్చి కలిపి వేపాలి. తరువాత టమాటా ముక్కలు వేసి మగ్గనివ్వాలి. ఇవి ఉడికిన తరువాత బంగాళదుంప ముక్కలు వేసి వాటికి గరంమసాలా, ఆమ్‌చూర్‌పొడి, కొత్తిమీర, ఉడికినవి వేసి బాగా కలిపి మూతపెట్టి పొయ్యి నుంచి తీసి అయిదునిమిషాల తరువాత పూరీలో, పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

దాల్‌పాలక్

కావలసిన పదార్థములు

పెసరపప్పు	:	1కప్పు
పాలక్ పన్నీర్	:	5 కట్టలు
ఉల్లిపాయ	:	1(పెద్దది)
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
జీలకర్ర	:	1/2చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
పసుపు	:	చిటికెడు
గరంమసాలా	:	1/2చెంచా
కారం	:	1/2చెంచా

పచ్చిమిర్చి	:	1
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	3 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లిపాయని ముక్కలుగా కట్ చేసి కచ్చ పచ్చగా నూరి ఉంచాలి. పచ్చిమిర్చి, అల్లంలను చిన్న పీసెస్‌గా కట్ చేయాలి. పెసరపప్పు శుభ్రం చేసి ఉంచాలి. శుభ్రం చేసిన పెసరపప్పును కడిగి కొంచెం నీరు పోసి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. 5నిమిషముల తరువాత ఉడుకుతున్న పప్పుకి పసుపు, కారం, పచ్చిమిర్చి, అల్లం ముక్కలు(ఇష్టమైన వారు మెత్తగా నూరినది) వేసి ఎర్రగా వేపాలి. ఉల్లి వేగిన తరువాత పాలకూర మిశ్రమం దానికి కలిపి ఉడికించి గరంమసాలా కలిపి 2 నిమిషాలు ఉంచాలి. తరువాత మూతపెట్టి పొయ్యి ఆర్పి 5నిమిషాముల తరువాత చపాతీ లేదా పుల్కాలలో వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

కాజు మసాలా కర్రీ

కావలసిన పదార్ధములు

జీడిపప్పు	:	1కప్పు
నెయ్యి	:	4 టేబుల్ స్పూన్‌లు
పాలకోవా	:	2కప్పులు
చక్కెర	:	2 టీస్పూన్‌లు
ఎండుద్రాక్ష	:	2 టేబుల్ స్పూన్‌లు
ఉల్లిపాయలు	:	నాలుగు (కట్ చేసుకోవాలి)
లవంగాలు	:	ఆరు
యాలుకలు	:	నాలుగు
దాల్చిన చెక్క	:	పెద్దముక్క
ఉప్పు	:	మీ రుచికి సరిపడేంత
ధనియాలు	:	3 టేబుల్ స్పూన్‌లు
వేరు శెనక్కాయలు	:	ఇరవై అయిదు
అల్లం	:	పెద్దముక్క
బాదంపప్పు	:	10
ఎండుమిరపకాయలు	:	పదిహేను

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బాండీలో నూనెవేసి జీడిపప్పును వేయించి వేరుగా పెట్టుకోండి. ఆపై స్వీట్ తక్కువున్న పాలకోవాను తీసుకుని, దోరగా వచ్చేవరకు నెయ్యిలో వేయించి విడిగా తీసి పక్కన పెట్టుకోండి. మిగిలిన నెయ్యిలో కొద్దిగా పంచదార వేసి అది కలర్ మారగానే లవంగాలు, చెక్క, యాలకులు వేసి అవి వేయించాక ఉల్లిపాయ ముక్కలను వేయండి. నెయ్యి బైటికొచ్చే వరకూ వేయించండి. రుబ్బి ఉంచిన మసాలా ముద్దను వేసి బాగా చక్కటి వాసన వచ్చేవరకూ వేయించండి. అంతా బాగా ఒకటికి రెండుసార్లు కలిపి నీళ్లు, ఎండుద్రాక్ష, తగినంత ఉప్పు, వేయండి. బాగా ఉడుకుతుండగా కోవాను జత చేయండి. గ్రేవీ చిక్కబడే ముందు వేయించిన జీడిపప్పు వేయండి. అంతే మీ కాజు మసాలా రెడీ. మీ మిత్రులకు, బంధువులకు వడ్డించటమే తరువాయి.

మసాలా చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు

టోమోటోలు	:	3(కట్ చేసి ఉంచుకోవాలి)
శెనగపిండి	:	2 టేబుల్ స్పూన్
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	3టేబుల్ స్పూన్లు
మినప్పప్పు, ఆవాలు	:	1టేబుల్స్పూన్
కొత్తిమీర	:	1 టేబుల్స్పూన్
పచ్చిమిరపకాయ కారం	:	5 లేక 6

(ఈ రెండు పొడవుగా కట్చేసుకునిఉంచుకోవాలి)

తయారుచేయు విధానం

బాండీలో నూనెవేసి కాగబెట్టాలి. మొదటగా కాగిన తర్వాత అందులో పచ్చిమిరిపకా ముక్కలు, ఉల్లిపాయ ముక్కలని వేసి దోరగా వేయించండి. అందులో టమోటో ముక్కలను జత చేసి కొద్దిసేపు వేయించండి. నీళ్ళలో బాగా కలిసిన శెనగపిండిలో ఉప్పు వేసి బాండీలో పొయ్యండి. సిమ్లో ఉంచి కలపండి. గట్టిపడిన తర్వాత దింపుకుని కొత్తిమీర వేసి, నిమ్మరసం చల్లండి. మీ మసాలా చట్నీ రెడీ.

మేతి-చమన్

కావలసిన పదార్థములు

పెద్ద ఉల్లిపాయలు	:	6,
అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద	:	1 టేబుల్ స్పూన్,
జీడిపప్పు	:	చిన్న ముద్ద,
మెంతికూర	:	4 కట్టలు (ఫ్రెష్)
ఉప్పు,కారం,గరంమసాలా	:	2టేబుల్ స్పూన్లు
తురిమిన పన్నీర్	:	1టేబుల్ స్పూను చొ॥న
సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర,మీగడ		

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లిపాయలు తరిగి, నూనెలో వేయించుకోవాలి. ఇందులోనే వలచిన మెంతికూర ఆకులు కూడా వేయించి అవి చల్లారాక మిక్సి వేయాలి. మళ్ళీ మిక్సీలోకి జీడిపప్పులు, అల్లం, వెల్లుల్లి వేసుకుని మిక్సి చేయాలి. కావలసి వస్తే నీళ్ళుపోసుకొని మిక్సీ చేయవచ్చు. ఈ రెండు గ్రేవీలు చాలా మెత్తగా ఉండాలి. తరువాత ఒక పాన్‌లో నూనెపోసి సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు మరికొన్ని మెంతికూర ఆకులు, వేయించాలి. అవి వేగినాక ఈ గ్రేవీలు రెండూ అంటే ఉల్లిపాయ గ్రేవీ, జీడిపప్పు, గ్రేవీ వేసి వేయించి అది కొంచెం చిక్కపడ్డాక అందులో పాలమీగడకానీ, క్రీమ్‌కాని వేయాలి. ఉప్పు,కారం,గరంమసాలా తగినంత వేయాలి. పొడుగ్గా తరిగిన పచ్చిమిర్చి వేసుకోవాలి. తురిమిన పన్నీర్, సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర ఆ కర్రిలో వేసి, పైన క్రీమ్ వేస్తే అందంగా ఉంటుంది.

నవాబి - పన్నీర్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

పన్నీర్	:	200 గ్రా
ఉడికించిన గ్రీన్ బఠాణి	:	1 కప్
వెల్లుల్లి	:	4
తురిమిన జీడిపప్పు	:	2 టేబుల్ స్పూన్
ఉల్లిపాయ	:	1 పెద్దది

కొబ్బరిపాలు	:	1/2 కప్పు
నెయ్యి	:	4 టే. స్పూన్స్
పచ్చిమిర్చి	:	4 తరిగినవి
బిరియాని ఆకులు	:	2
గిలచిలికిన పెరుగు	:	3 టే.స్పూన్‌లు
కొత్తిమీర	:	1/2 కట్ట
క్రీమ్	:	5 టే. స్పూన్‌లు
ఉప్పు	:	తగినంత

ముందుగా మిక్సీ చేసుకోవలసినవి

యాలుకలు	:	4
జీలకర్ర	:	1 టే. స్పూన్
పసుపు	:	1/2 టీ స్పూన్
దాల్చినచెక్క	:	5
తురిమిన కొబ్బరి	:	1/2 కప్పు
కారం	:	1 టేబుల్ స్పూన్

తయారుచేయు విధానం

పన్నీర్ ముక్కలు నిండునూనెలో వేయించాలి. వాటిని గోరువెచ్చని నీళ్ళలో వేసుకోవాలి. పాన్‌లో నెయ్యి వేసి ఉల్లిపాయలు, అల్లం,వెల్లుల్లిముద్ద, బిరియాని ఆకు, మిక్సీ చేసుకుని ఉంచిన మిశ్రమం వేసుకుని వేయించాలి. పచ్చిమిర్చి, కొబ్బరిపాలు,పెరుగు, జీడిపప్పు ముద్ద, పన్నీర్, బఠాణి, ఉప్పు వేసుకోవాలి. క్రీమ్, కొత్తిమీర వేసి వేడి వేడి చపాతీతోపాటు వడ్డించండి.

ఆలు రైత

కావలసిన పదార్థములు

ఆలు	:	1
పెరుగు	:	2 కప్పులు
ఉల్లిముక్కలు	:	3/4 కప్పు
మిరియాల పొడి	:	1/4 చెంచా

పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1/2 చెంచా
జీలకర్ర పొడి	:	1/2 చెంచా
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
నూనె	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	చెంచా తరుగు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బంగాళదుంపని ఉడికించి తొక్కుతీసి సన్నగా కట్ చేసి ఉంచాలి.

పెరుగులో ఉప్పు, మిరియాలపొడి, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, జీరపొడి వేసి బాగా కలపాలి. వీటికి ఉల్లి,ఆలు ముక్కలు కూడా కలిపి ఉంచాలి. బాండీలో నూనె వేసి ఆవాలు వేపి రైతలో కలిపి పైన కొత్తిమీర చల్లి పుల్కాలలోకి చెయ్యాలి.

గ్రీన్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

పాలకూర	:	3 కట్టలు
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
ఉల్లిపాయలు	:	3 పెద్దవి
పసుపు	:	1/2 స్పూన్
బఠాణి	:	100 గ్రా
టమాటాలు	:	4
అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద	:	1 టే.స్పూన్
నెయ్యిలేక నూనె	:	4 టే.స్పూన్‌లు
ఉప్పు	:	తగినంత
గరంమసాలా	:	1/2 టే.స్పూన్
తురిమిన పన్నీర్	:	తగినంత

తయారుచేసే విధానం

పాన్‌లో నూనె వేడి చేసుకుని అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద ఫ్రై చేయాలి. పాలకూర ఉడికించి మిక్సీ చేసి పాన్‌లో వేసుకుని కలియపెట్టాలి. ఉప్పు,కారం, పసుపు,

గరంమసాలా, వేసి ఉడికించాలి. చివరిగా బఠాణివేసి బి కొత్తిమీర వేసి తురిమిన పన్నీర్ వేయాలి. బఠాణీ బదులుగా శెనగలు వేసుకోవచ్చు.

ఆలు మటర్ మసాలా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

గ్రీన్‌పీస్	:	200గ్రా
టమాటాలు	:	3
బంగాళదుంపలు	:	1కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	2 (పెద్దవి)
టమాటారసం	:	2 చెంచాలు
గసగసాలు	:	2చెంచాలు
పెరుగు	:	1/2 కప్పు
గరంమసాలా	:	1చెంచా
అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు	:	2 చెంచాలు
దాల్చినచెక్క	:	1 అంగుళంముక్క
మిరియాలు	:	1 చెంచా
నువ్వుపప్పు	:	2చెంచాలు
ధనియాలపొడి	:	3/4 చెంచా
నిమ్మరసం	:	2 చెంచాలు
బటర్	:	1/2 కప్పు
పుదీనా ఆకులు	:	10
క్రీం	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బంగాళదుంపలు చెక్కుతీసి ముక్కలు చేసుకుని నీటిలో వేసి ఉంచాలి. ఉల్లి, టామాటాలను పీసెస్ చేయాలి. బఠాణీని కడిగి ప్రక్కన ఉంచాలి. పొయ్యిమీద బాండీ పెట్టి గసగసాలు వేసి వేపి పొడి చేసి ఉంచాలి. బౌల్‌లో పెరుగు వేసి దానికి నువ్వుపప్పు, గరంమసాలా, అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు, ధనియాలపొడి, గసగసాలపొడి, నిమ్మరసం, టమాటారసం, వేసి బాగా కలిపి ఉంచాలి. బాండీలో బటర్ వేసి యాలకులు, మిరియాలు, దాల్చిన చెక్క ఉల్లిముక్కలు వేసి ఎర్రగా వేపాలి. వేగిన ముక్కలకి పెరుగు మిశ్రమం కలిపి సన్నని మంట మీద ఒక నిమిషం వేపి

దానికి గ్రీన్‌పీస్, బంగాళదుంప ముక్కలు కలిపి రెండు నిమిషాలు కలుపుతూ వేపాలి. కొంచెం నీరు కలిపి మూతపెట్టి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. చివరగా టమాటాలు వేసి 5నిమిషాలు ఉడికించాలి. దించే ముందు కొత్తిమీర, పుదీనా ఆకులు, క్రీం వేసి బాగా కలిపి సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి పరోటా, పుల్కాలోకి వేడి వేడిగా సర్వ్‌చెయ్యాలి.

కాజూ-కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

జీడిపప్పులు	:	1/2 కప్పు
పచ్చికోవా	:	1/2 కప్పు
నెయ్యి	:	2 టే.స్పూన్‌లు
కిస్‌మిస్	:	1.టే.స్పూన్‌లు
ఉల్లిపాయలు	:	2
పంచదార	:	1/2టే.స్పూన్‌లు
దాల్చిన చెక్క	:	2
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
యాలుకలు	:	3
ఉప్పు	:	తగినంత

ముందుగా మిక్సీ చేయాల్సినవి

ధనియాలు	:	1,1/2టేబుల్ స్పూన్‌లు
బాదంపప్పు	:	6 (తోలుతీసినవి)
అల్లం,వెల్లుల్లి	:	1/2 టేబుల్ స్పూన్‌లు
ఎఱ్రమిరపకాయలు	:	4

తయారుచేయు విధానం

జీడిపప్పులు నేతిలో వేయించుకుని ఉంచుకోవాలి. పాన్‌లో నేయి వేసుకుని వేడి చేసి కోవా వేయించాలి. అది తీసి పక్కన గిన్నెలో పెట్టుకోవాలి. అదే నెయ్యిలో 1.టే.స్పూన్ పంచదార వేసి బ్రౌన్ కలర్ అయ్యేంతవరకు వేయించాలి.యాలుకలు, దాసినచెక్క, తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేయించాలి. మిక్సీ పట్టిన మిశ్రమాన్ని జత చేర్చాలి. మంచి సువాసన వస్తుందనగ కిస్‌మిస్ వేసుకోవాలి. 1కప్ నీళ్ళు, ఉప్పు వేసుకోవాలి. అవి ఉడుకుతుండగాఫ్రైచేసిన

కోవా,జీడిపప్పులు వేయాలి. గ్రేవీ చిక్కబడేంతవరకూ ఉడికించాలి. చివరిగా రెండు స్పూన్‌లు నెయ్యి వేసుకుని కొత్తిమీర వేయాలి.

ఆలు మొఘలాయ్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

ఆలు	:	1/2 కిలో
ఉప్పు	:	సరిపడ
దాల్చిన చెక్క	:	1 అంగుళంముక్క
ఆమ్‌చూర్ పొడి	:	1/2 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
బాదంపప్పు	:	1చెంచా
పసుపు రంగు	:	1/4 చెంచా
పెరుగు	:	1/2 కప్పు
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
నెయ్యి	:	వేపటానికి సరిపడ

తయారుచేయువిధానం

బంగాళదుంపలను శుభ్రంగా కడిగి గిన్నెలో వేసి తగినన్ని నీరు పోసి కొంచెం ఉప్పు వేసి ఉడికించాలి. ఉడికిన వాటిని చల్లార్చి పైన తోలు తీసి వాటిని మెత్తగా చేసి ప్రక్కన ఉంచాలి. తరువాత మిక్సీలో దాల్చినచెక్క, జీలకర్ర వేసి కొద్దిగా నలిగిన తరువాత అల్లం ముక్కలు, బాదంపప్పు, జీడిపప్పు, పసుపు, ఆమ్‌చూర్‌పొడి, ఎల్లోకలర్, పెరుగు,తగినంత ఉప్పు వేసి మెత్తగా పేస్టు చేయాలి. తయారయిన పేస్టుని తీసి మెత్తగా చేసి ఉంచిన బంగాళదుంప మిశ్రమంలో వేసి గరిటతో త్రిప్పుతూ బాగా పట్టించి ఒక గంటసేపు నాననివ్వాలి. గంట తరువాత ప్యాన్ పెట్టి తగినంత నెయ్యి వేసి కాగిన తరువాత బంగాళదుంప మిశ్రమాన్ని వేసి ఎర్రగా వేపుకోవాలి. పొయ్యి సన్నని మంటమీద ఉంచాలి. ఎర్రగా వేగిన కర్రీని సర్వింగ్ డిష్‌లోకి మార్చి పైన కొత్తిమీరని చల్లాలి. ఈ కర్రీని వేడి వేడిగా పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి. పిల్లలకి ఆరోగ్యకరమైన రుచికరమైన డిష్ ఇది.

లేడిఫింగర్స్‌తో వెరైటీ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

బెండకాయలు	:	అరకిలో
ఉల్లిపాయలు	:	2
కొబ్బరి తురుము	:	1 చెంచా
నువ్వుపప్పు	:	1చెంచా
జీలకర్ర	:	1/4చెంచా
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
మెంతులు	:	4
కరివేపాకు	:	3ఆకులు
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
పసుపు	:	1/4చెంచా
అల్లం పేస్టు	:	1చెంచా
వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1చెంచా
నూనె	:	1/4కప్పు
ఉప్పు	:	సరిపడ
కారం	:	1చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లిపాయలను సన్నగా కట్ చేసి మిక్సీ వేసి పేస్టు చేసి ఉంచాలి. బెండకాయలు 1 అంగుళం సైజులో ముక్కలు కట్‌చెయ్యాలి. బౌల్‌లో ఉల్లి, అల్లం, వెల్లుల్లి, పేస్టు, పసుపు,కొబ్బరి తురుము, ఉప్పు, ధనియాలపొడి, కారం, నువ్వుపప్పు వేసి కలిపి ఉంచాలి. బాండీ పెట్టి నూనె వేసి ఆవాలు, కరివేపాకు, జీలకర్ర, ఛాయమినపప్పువేసి దీనికి ఉల్లి మిశ్రమం కలిపి సన్నని మంట మీద కలుపుతూ ఎర్రగా వేపుకోవాలి. వేగిన వీటికి బెండకాయ ముక్కలు వేసి వేపుకోవాలి. ముక్కలు ఉడికిన తరువాత దించి పరోటాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

పాలక్(ఆలు) కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

ఆలు	:	అరకిలో
పాలకూర	:	3 కప్పులు ఆకు
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	50గ్రా
వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1/2 చెంచా
క్రీం	:	1/2 కప్పు
ఉల్లిపాయ ముక్కలు	:	1కప్పు
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1 చెంచా
ఎండుమిర్చి	:	2
అల్లం పేస్టు	:	1/2 చెంచా
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
నిమ్మరసం	:	1చెంచా
నెయ్యి	:	4 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లిపాయ పొట్టుతీసి సన్నముక్కలు కట్ చేసి ఉంచాలి. పచ్చిమిర్చి కూడా సన్నగా కట్ చెయ్యాలి. పాలకూరని బాగా కడిగి సన్నని ముక్కలు కట్ చెయ్యాలి. ఆలు కూడా సన్నగా కట్ చెయ్యాలి. వీటిని కుక్కర్‌లో పెట్టి మూడు విజిల్స్ వచ్చిన తరువాత పొయ్యి అర్పాలి. ఇప్పుడు ఒక బేల్‌లో కార్న్‌ఫ్లోర్,ఉప్పు, గరంమసాలా, అల్లం పేస్టు వేసి కలిపి కొంచెం నీరు పోసి పేస్టులాగా చెయ్యాలి. ఈ పేస్టుకి క్రీం కూడా జతచేసి బాగా కలిపి ఉంచాలి. బాండీలో 1 చెంచా నెయ్యి వేసి కార్న్‌ఫ్లోర్ పేస్టు వేసి దోరగా వేపి తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. మిగిలిన నెయ్యి బాండీలో వేసి దాంట్లో జీలకర్ర, ఉల్లిముక్కలు, వెల్లుల్లి పేస్టు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు ఎండుమిర్చి ముక్కలు కూడా వేసి ఎర్రగా వేపాలి. వేగిన వీటిని కార్న్‌ఫోర్ల్ మిక్చర్ వేసి బాగా కలపాలి. ఈ లోపు పాలక్, ఆలు తీసి నీరంతా జల్లెడ పోసి ఉంచాలి. వేగిన ఉల్లిముక్కల మిశ్రమాన్ని ఈ పాలకూర,ఆలు వేసి రెండు నిమిషాల వేపాలి. వీటి మీద మూతపెట్టి 4నుంచి ఎనిమిది నిమిషాలు సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. మధ్య మధ్యలో కలుపుతూ ఉండాలి. మంట ఆర్పి నిమ్మరసం వేసి బాగా కర్రీకి పట్టించాలి. తరువాత తీసి సర్వింగ్ డిష్‌లో కూరని పెట్టి రోటి, చపాతీలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

పన్నీర్ పరోటాలు

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి	:	300గ్రా
పన్నీర్	:	100గ్రా
అల్లం	:	3/4 చెంచా పేస్టు
పచ్చిమిర్చిముక్కలు	:	1 చెంచా
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
జీలకర్ర	:	1/2చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	సరిపడ
ఉల్లిముక్కలు	:	1/2 కప్పు
నెయ్యి	:	వేపటానికి సరిపడ
నూనె	:	2చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

బేసిన్ లేదా బౌల్‌లో జల్లించిన గోధుమపిండి పోసి ఈ పిండికి కొంచెం ఉప్పు, 1 చెంచా నూనె వేసి తగినంత నీరు పోసి పూరీ పిండిలా కలుపుకోవాలి. పన్నీర్‌ని తురిమి ఉంచాలి. ఉల్లిముక్కలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు కూడా ప్రక్కన ఉంచాలి. బాండీలో 1 చెంచా నూనె వేసి కాగిన తరువాత జీలకర్ర, ఇంగువ, ఉల్లిముక్కలు, పచ్చిమిర్చి వేసి ఎర్రగా వేపి వాటికి కొద్దిగా ఉప్పు, మిరియాలపొడి వేసి కలపాలి. అరనిమిషం తరువాత తురిమిన పన్నీర్ వేసి 2 నిమిషాలు వేసి ఈ మిశ్రమాన్ని తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. పిండిని చిన్న చిన్న ముద్దలుగా చేసి వీటిలో పన్నీర్ మిశ్రమాన్ని నూరి మళ్ళీ పిండితో మూసివేసి వాటిని పల్చగా సాదాలి. సాదిన వాటిని పెనం మీద నెయ్యితో కాల్చి వేడి వేడి కర్రీతో సర్వ్ చెయ్యాలి.

వెజిటబుల్ దో ప్యాసా

కావలసిన పదార్థములు

క్యారెట్,బీన్స్,క్యాప్సికమ్, బంగాళాదుంపలు, పీస్, ఇవ్వన్నీ	:	1/4 కేజీ తూగేలాగ

క్యాలీఫ్లవర్	:	1
ఉల్లికాడలు	:	2 తరిగినవి
	(ఆకుపచ్చకాడ తరిగి పక్కన పెట్టాలి)	
టమాటాలు	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	2 తరిగినవి
టమాటాసాస్	:	4 టే.స్పూన్
ఎండుకారం	:	1 స్పూన్
ఉప్పు	:	తగినంత
పంచదార	:	1 టే.స్పూన్
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
నూనె	:	4 టే.స్పూన్
అల్లం,వెల్లుల్లిముద్ద	:	1/2 స్పూన్

తయారుచేయు విధానం

4 స్పూన్‌ల నూనె పాన్‌లో వేడిచేసి తరిగిన ఉల్లిపాయలు, అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద ఫ్రై చేయాలి. కూరలన్నీ వేసి మగ్గనివ్వాలి. టమాటాసాస్, చివరలో క్యాప్సికమ్, టమాటాలు, ఉల్లికాడలు, వేసి అవి మెత్తపడి ఉడికేంతవరకూ ఉంచాలి. కొత్తిమీరతో గార్నిష్ చేయాలి. రోటీలోకి వేడిగా సర్వ్ చేయండి.

మొఘలాయి కోఫ్తా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

పెసరపప్పు	:	1/2కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	4
గరంమసాలా	:	1చెంచా
ధనియాలు పొడి	:	1చెంచా

గ్రేవీ తయారీకి కావలసిన పదార్థములు

బాదంపప్పు	:	100గ్రా
జీడిపప్పు	:	100గ్రా
పిస్తాపప్పు	:	100గ్రా
టమాటాలు	:	250గ్రా

గరంమసాలా	:	1చెంచా
పసుపు	:	1/2 చెంచా
కారం	:	ఒకటిన్నర చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	4
ధనియాలు	:	2చెంచాలు
అల్లం	:	2 అంగుళాల ముక్క
ఉల్లిపాయలు	:	2
జీలకర్ర	:	1చెంచా
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు
నూనె	:	1/4 కప్పు
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పెసరపప్పును 2 గంటల నానబెట్టి శుభ్రంగా కడిగా మెత్తగా పిండి పట్టించాలి. ఈ పిండికి పచ్చిమిర్చి సన్నగా తరిగినవి. జీలకర్ర, గరంమసాలా, ధనియాలపొడి తగినంత ఉప్పు వేసి కలిసేలా బాగా కలపాలి. ఈ పిండిని పొడవుగా రెండుగా చిన్న చిన్న ఉండలు చేసి నూనెలో ఎర్రగా వేయించి ప్రక్కన ఉంచాలి. ఇప్పుడు బాదం,పిస్తా, జీడిపప్పులను మిక్సీ వేసి మెత్తగా పేస్ట్‌లాగా చేసుకోవాలి.ప్యాన్‌లో 4చెంచాల నూనె వేసి కాగిన తరువాత జీలకర్ర వేసి తరువాత ఉల్లిముక్కలు, అల్లం ముక్కలు, పచ్చిముక్కలు వేసి వేపాలి. ఎర్రగా వేపిన వీటికి ధనియాలపొడి, పసుపు,కారం తగినంత ఉప్పు వేసి కలపాలి. సన్నని మంట మీద ఉంచి తయారుగా ఉంచుకున్న బాదంపేస్టు మిశ్రమాన్ని జతచేసి 5నిమిషములు చక్కగా కలపుతూ వేపాలి. వీటికి సన్నని టొమోటో ముక్కలు, గరం, మసాలా, కొత్తమీర వేసి వేపాలి.టమాటోలు ఉడికి తరువాత గ్రేవీ సరిపోకపోతే కొంచెం నీరు పోసి గ్రేవీలా ఉంచి ఉడికించాలి. ఈ మిశ్రమానికి కోఫ్తాలు వేసి వుడికించాలి. ఈ కర్రీని సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి పైన కొత్తమీర చల్లి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

కార్న్‌ఫ్లోర్ రోటి

కావలసిన పదార్థములు

కార్న్‌ఫ్లోర్	:	250గ్రా
నెయ్యి	:	1/2కప్పు
ఉప్పు	:	చిటికెడు
వేడినీరు	:	కలపటానికి సరిపడ
పాలు	:	కలపటానికి సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బేసిన్‌లో కార్న్‌ఫ్లోర్ పొడి వేసి ఉప్పు, పాలు, పోసి పూరీపిండిలా గట్టిగా కలుపుకోవాలి. ఈ పిండితో చిన్న చిన్న వుండలు చేయాలి. ఒక్కొక్క ముద్దను చేతులతో తడుతూ రోటి చేసి బేక్ చెయ్యాలి. బేక్ చేసి తీసి వాటి మీద వెన్న రాసి ఏదన్నా కర్రీతో సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా కాబూలీ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

కాబూలీ	:	1కప్పు
టమాటాలు	:	150గ్రా
వంకాయలు	:	100గ్రా
ఉల్లిముక్కలు	:	1/2 కప్పు
అల్లం పేస్టు	:	1/2 చెంచా
వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1/2 చెంచా
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	3/4 చెంచా
పసుపు	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు తరుగు
నూనె	:	1/4 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా 10 గంటల సేపు శనగలు నానబెట్టి ఉంచాలి. కర్రీ చేసుకునే ముందు ఉల్లి, టమాటాలను సన్నగా కట్ చేసి ప్రక్కన ఉంచాలి. వంకాయలను తరిగి ఉప్పు నీటిలో వేసి ఉంచాలి. బాండీ లేదా ప్యాన్‌లో నూనె వేసి కాగిన తరువాత ఉల్లిముక్కలు వేసి2 నిమిషాలు వేపాలి. వేగిన వీటికి టమాటా ముక్కలు వేసి 2 నిమిషాలు వేపాలి. తరువాత వంకాయ ముక్కలు, శనగలు కూడా వేసి తగినంత ఉప్పు వేసి బాగా కలిపి సన్నని మంట మీద గరిటతో కలుపుతూ ఉడికించాలి. అవసరమైతే కొంచెం నీరు కలిపి ఉడికించాలి. గ్రేవీ చిక్కబడి శనగలు ఉడికిన తరువాత ఈ కర్రీని సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి పైన కొత్తిమీర చల్లివేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

ఆలూమటర్ కర్రీ

కావలసిన పదార్ధములు

గ్రీన్‌పీస్	:	3కప్పులు
బంగాళదుంపలు	:	250గ్రా
ఉల్లిపాయలు	:	2
టమాటాలు	:	4
వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1/2 చెంచా
అల్లం పేస్టు	:	1చెంచా
గరంమసాలా పొడి	:	1చెంచా
కారం	:	3/4 చెంచా
పసుపు	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	4చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1/4కప్పు
ధనియాలపొడి	:	2చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఉల్లిపాయలు తొక్కుతీసి ముక్కలు కట్ చెయ్యాలి. టమాటాలను కడిగి చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్ చెయ్యాలి. అల్లం, వెల్లుల్లిలను మెత్తగా నూరి

పేస్టు చేసి ఉంచాలి. బంగాళదుంపలను శుభ్రంగా కడిగి చెక్కుతీసి అర అంగుళం ముక్కలుగా, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు వేసి ఎర్రగా వేపాలి. వేగిన వీటికి పసుపు, కారం,ఉప్పు, ధనియాలపొడిని కలిపి అర నిమిషం వేపి వీటికి టమాటా ముక్కలు జత చేసి కలుపుతూ ఉడికించాలి. ముందుగా ఆలు ముక్కల్ని, మటర్‌ని కుక్కర్‌లో పెట్టి ఉడికించి ఉంచాలి. టమాటా ముక్కలు వేగి నూనె బయటకి వస్తుండగా బంగాళాదుంపలు, మటర్ వేసి కొంచెం నీరు పోసి మూత పెట్టి ఉడికించాలి. పదినిమిషాల తరువాత తీసి గ్రేవీకి గరంమసాలా, కొత్తిమీర కలిపి ఒక నిమిషం ఉంచి దించాలి. ఈ కర్రీని సర్వింగ్ డిష్‌లో పోసి పైన కొత్తిమీర కలిపి ఒక నిమిషం ఉంచి దించాలి. దింపిన తరువాత, క్యాప్సికమ్ ముక్కలతో డెకరేట్ చేసి నాన్ పరోటాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

మూంగ్‌దాల్ బఫ్లా

కావలసిన పదార్ధములు

పెసరపప్పు	:	200గ్రా
అల్లంవెల్లుల్లి పేస్టు	:	1చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ
పసుపు	:	చిటికెడు
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
నూనె	:	2 చెంచాలు
జీలకర్ర	:	1 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
ఆవాలు	:	1/2 చెంచా

బఫ్లాబాల్స్ తయారీకి కావలసినవి

గోధుమపిండి	:	పావుకిలో
శనగపిండి	:	అరకిలో
నెయ్యి	:	100గ్రా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పప్పును శుభ్రంగా కడిగి తగినన్ని నీరు, ఉప్పు, పసుపు వేసి 5నిమిషాలు ఉడికించాలి. బాండీలో నూనె వేసి జీలకర్ర, ఆవాలు, ఇంగువ వేసి వేపాలి. వేగిన వీటికి అల్లం, వెల్లుల్లి, పచ్చిమిర్చి వేసి ఎర్రగా వేపుకోవాలి. దీంట్లోనే గరంమసాలా కూడా వేసి ఒక్కసారి కలపాలి. దీంట్లో ఉడికించిన పెసరపప్పు వేసి బాగా కలిపి మరో 5 నిమిషాలు ఉడికించి పైన కొత్తిమీర చల్లి దించాలి. బఫ్లా బాల్స్ తయారీకి ముందుగా బేసిన్‌లో గోధుమపిండి, శనగపిండి, సరపడ ఉప్పు వేసి కలిపి ఆ పిండిని నేతితో కలిపి సరిపడ నీరు పోసి ముద్దగా చేసుకోవాలి. మరీ గట్టిగా లేదా మరీ లూజుగా కాకుండా మధ్యస్థంగా ఉండే ముద్ద చేసుకోవాలి. గిన్నెలో నీళ్ళు పోసి మరిగించాలి. ఈ లోపల పిండి ముద్దతో చిన్నచిన్న గుండ్రని ఉండలు తయారు చేసుకోవాలి. ఈ ఉండలను మరిగే నీటిలో వేసి 20 నిమిషాలు పాటు ఉడికించాలి. అవి ఉడికి చిట్లుతుండగా వాటిని నీటిలోంచి వడగట్టి ఉంచాలి.

ఈ బఫ్లాలను ఓవెన్‌లో ఎర్రగా వచ్చేంతవరకు హీట్ చెయ్యాలి. వీటిమీద ఇంకొంచెం నెయ్యి పోసి దాల్‌తో వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

దహీ-పూరీ

కావలసిన పదార్థములు

పానీపూరీలు	:	షుమారుగా
బంగాళాదుంపలు	:	1/4 కేజి
చింతపండు	:	2కప్పుల పులుసు
సన్నకారప్పూస	:	150 గ్రా.
పెరుగు	:	1,1/2 కప్పు
ఉల్లిపాయలు	:	1కప్పు.
టమాటాలు	:	1కప్పు
ఉప్పు,కారం	:	కొంచెం
కొత్తిమీర	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం

పానీపూరికి చిన్న చిల్లుపెట్టి అందులో బంగాళాదుంప కూర, టమాటాముక్కలు, ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేసుకోవాలి. ఈ పూరీలోనే చింతపండు

పులుసు (మీఠా) వేసుకుని చిలికిన పెరుగు వేసుకోవాలి. దానిపైన సన్నకారపూస, కొత్తిమీర వేయాలి. చింతపండు పులుసు: చింతపండుపులుసు చిక్కగా పిండి, ఇందులో బెల్లం, నల్లఉప్పు, ఉప్పు, వేసి మరగనివ్వాలి. బాగా చిక్కగా ఉండాలి. బంగాళాదుంప ముక్కలలో ఉప్పుకారం వేసుకుని కూరలాగా చేయాలి.

బాదంనాన్

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి	:	250గ్రా
బటర్	:	100గ్రా
బాదంపప్పు	:	10
సాఫ్రాన్	:	చిటికెడు
ఎగ్	:	1
పాలు	:	1/2కప్పు
పెరుగు	:	3/4 కప్పు
పంచదార	:	3/4 చెంచా
నిగెల్లా	:	1/2 చెంచా
నువ్వుపప్పు	:	1 1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడా
ఈస్ట్	:	3/4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ఒక బౌల్‌లో గోధుమపిండి శుభ్రంగా జల్లించి పోయాలి. ఆ పిండికి నిగెల్లా, ఈస్ట్ వేసి బాగా కలపాలి. పాలు కొంచెం వేడిచేసి సాఫ్రాన్ కలిపి ఆ పాలకి పెరుగు, ఎగ్ పగలకొట్టి బాట్ చేసిన మిశ్రమం, కరగపెట్టిన 30గ్రా బటర్, పంచదార, సరిపడ ఉప్పు, బాదంపప్పు పేస్టు చేసి ఆ పేస్టు కూడా కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని గోధుమ పిండిలో పోసి మెత్తగా బాగా కలిసేలా కలపాలి. ఈ పిండి ఒక ప్లాస్టిక్ బేగ్‌లో పెట్టి వెచ్చటి ప్రదేశంలో 3గంటలపాటు ఉంచాలి. ఈ మిశ్రమం 3 గంటల తరువాత రెట్టింపు అవుతుంది. తరువాత ఈ పిండితో చిన్న చిన్న ఉండలు చేసి వాటిని సాది పైన సీడ్స్ చల్లి ఓవెన్‌లో బేక్ చెయ్యాలి. బేక్ చేసిన తరువాత నాన్స్ పైన బటర్ వ్రాసి ఏదన్నా కర్రీతో సర్వ్ చెయ్యాలి.

మొఘల్ పాలక్ పన్నీర్

కావలసిన పదార్థములు

పాలకూర	:	400గ్రా
పన్నీరు	:	200గ్రా
ఉల్లిపాయలు	:	2(చిన్నవి)
అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1చెంచా
గరంమసాలా	:	1చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	3 చెంచాలు
కారం	:	1చెంచా
జీలకర్ర	:	1చెంచా
ఇంగువ	:	కొంచెం
ధనియాలపొడి	:	1 1/2
పసుపు	:	కొంచెం
టమాటాలు	:	5
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు
పాలు	:	3/4 కప్పు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
డ్రైఫ్రూట్స్	:	1కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పాలకూర శుభ్రంగా కడిగా ఉడికించి పేస్టు ఉంచాలి. పాలలో డ్రై ఫ్రూట్స్ నానపెట్టి మిక్సీ వేసి మెత్తగా పేస్టు చేయాలి. ఫ్రైయింగ్ పాన్‌లో నెయ్యి వేసి జీర, ఇంగువ, ఉల్లిపాయలు, అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు, పచ్చిమిర్చి వేసి సన్నని మంట మీద కలుపుతూ ఎర్రగా వేపాలి. వేగిన వీటికి కారం, ఉప్పు, పసుపు, ధనియాలపొడి వేసి కలిపి డ్రై ఫ్రూట్ పేస్టుని వేసి కలపాలి. ఐదు నిమిషాలు సన్నని మంట మీద వేసి టమాటా ముక్కలు వేసి వేపాలి. ముక్కలు మగ్గి వేగిన తరువాత నెయ్యి బయటకు వస్తుంది. అప్పుడు పాలకూర పేస్టు వేసి ఉడికించాలి. గరంమసాలా, కొత్తిమీర, వేసి రెండు నిమిషాలు ఉడికించాలి. దింపే ముందు పన్నీరు ముక్కలు వేసి దించాలి. వేడి వేడి ఈ కర్రీ పరోట, పుల్కా, బాదం పూరీలు మొదలగు వాటిలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

ఆలూ చోళె కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

కాబూలీ శనగలు	:	1/4కిలో
బంగాళదుంపలు	:	5
టమాటాలు	:	4
బేకింగ్ పౌడర్	:	3/4 చెంచా
ఉల్లిపాయలు	:	3
పచ్చిమిర్చి	:	2
వెల్లుల్లి	:	6 గర్భాలు
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
ఆమ్‌చూర్‌పొడి	:	1చెంచా
కారం	:	1చెంచా
గరంమసాలా	:	1/2చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1చెంచా
చన్నా మసాలా	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
నెయ్యి	:	4చెంచాలు
పసుపు	:	చిటికెడు
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా శనగలను శుభ్రంగా కడిగి నీటిలో కొంచెం సోడా బైకార్బోనేట్ వేసి కనీసం పదిగంటలు నానపెట్టాలి. అవే నీటిలో వాటిని ఉడికించాలి. ఉల్లిపాయలు, టమాటాలను కట్ చేసి ఉంచాలి. బంగాళదుంపలను తొక్కుతీసి ముక్కలు చేసి ఉడికించి ఉంచాలి. బాండీలో పెట్టి నూనె వేసి దాంట్లో ఉల్లిపాయలు, అల్లం, వెల్లుల్లి పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి వేపాలి. వేగిన వీటికి ఉప్పు, పసుపు, కారం, ధనియాలపొడి, ఆమ్‌చూర్‌పొడి, గరంమసాలా వేసి రెండు సార్లు కలబెట్టి వీటికి టమాటా ముక్కలు జత చేసి ఉడికించాలి. 5 నిమిషాలు ఉడికించిన తరువాత చన్ని మసాలా, కొత్తిమీర వేసి బాగా కలిపి దించి నాన్, చపాతీలలో సర్వ్ చెయ్యాలి.

భేల్‌పూరి

కావలసిన పదార్థములు

మరమరాలు	:	తగినంత
హల్దీరామ్స్‌కట్టా-మిట్టా	:	1పాకెట్
నెయ్యి	:	తగినంత
ఉల్లిపాయముక్కలు	:	1 కప్పు
పసుపు	:	తగినంత
టమాటా	:	1
కరేపాకు	:	తగినంత
కొత్తిమీర	:	1కప్పు
మీఠా	:	తగినంత
క్యారెట్‌తురుము	:	1కప్పు
ఉప్పు,కారం	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

మరమరాలు గార్నిషింగ్‌కి పాన్‌లో కొంచెం నెయ్యి వేసి పసుపు, కరేపాకు వేయించి మరమరాలలో వేస్తే చక్కటి పసుపురంగులో మరమరాలు వస్తాయి. ఆ మరమరాలలో ముందు ఉల్లిపాయ ముక్కలు, టమాటాముక్కలు,కొత్తిమీర క్యారెట్ తురుము వేసి కలిపి చివరిగా హల్దీరామ్స్ కట్టా-మిట్టా వేసి చివరికి మీఠా వేయాలి. ఇది తినేముందు కలుపుకుంటే మరమరాలు మెత్తపడకుండా ఉండాలి.

వెజ్‌కట్‌లెట్-మొగలాయ్

కావలసిన పదార్థాలు

పన్నీర్	:	100గ్రా
గరమ్‌మసాలా	:	1
మిక్స్ వెజిటబుల్స్	:	500గ్రా
ఆవాలపిండి	:	1/2 టీ.స్పూన్
ఉల్లిపాయలు ముక్కలు	:	2
జీలకర్రపొడి	:	1/2టే.స్పూన్
అల్లం,వెల్లుల్లి పేస్ట్	:	1టే.స్పూన్

బ్రెడ్ ముక్కలు	:	1/2టే.స్పూన్
కొత్తిమీర	:	కొద్దిగా
నిమ్మరసం	:	1, 1/2స్పూన్
పచ్చిమిర్చి	:	2
బ్రెడ్ కమ్స్	:	1 కప్పు
ఉప్పు, మిరియాలు	:	తగినన్ని
నూనె	:	ఫ్రైయింగ్‌కి
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	2 స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

మిక్స్ వెజిటబుల్స్‌ని ఉడికించి వీటిని ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో కలపాలి. ఇందులోనే కొత్తిమీర, ఉల్లితరుగు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, అల్లం,వెల్లుల్లి ముద్ద వేయించిన జీలకర్ర, గరంమసాలా, పన్నీర్ ఆవపిండి, నిమ్మరసం,బ్రెడ్, వేసుకుని కట్‌లెట్ షేప్‌లో తయారు చేయాలి. ఇప్పుడు కార్న్‌ఫ్లోర్‌లో ఉప్పువేసి అందులో నీళ్ళుపోసుకుని, పైన చేసిన విధంగా కట్‌లెట్‌లు కార్న్‌ఫ్లోర్ నీళ్ళలో ముంచి నిండిన నూనె ఫ్రై చేయాలి. వీటిని సాస్‌తో సర్వ్ చేయాలి.

సీసెమ్ ఆలు

కావలసిన పదార్థములు

ఆలు	:	అరకిలో
నల్లనువ్వులు	:	1 కప్పు
నువ్వులనూనె	:	3 చెంచాలు
పచ్చిమిర్చి	:	3
నిమ్మకాయ	:	1
ఉప్పు	:	సరిపడ
పసుపు	:	చిటికెడు
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బంగాళదుంపలను చెక్కుతీసి 1 1/2 అంగుళాల వెడల్పు, పొడవుగా ముక్కలు కట్ చేసి ఉడికించి ఉంచాలి. ప్యాన్‌లో నూనె వేసి దాంట్లో

నల్లనువ్వుపప్పు వేసి వేపి దానికి పచ్చిమిర్చి, పసుపు, ఉప్పు కలిపి 1 నిమిషం వేపాలి. వీటికి బంగాళదుంపలు కలిపి 5 నిమిషాల సేపు కలుపుతూ వేపాలి. తరువాత నిమ్మరసం కలిపి సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి కొత్తిమీర పైన డెకరేట్ చేసి సర్వ్ చెయ్యాలి. చక్కటి లుక్‌తో తినటానికి రుచిగా ఉంటుంది.

పన్నీర్‌క్రీం కోఫ్తా

కావలసిన పదార్థములు

పన్నీర్	:	250గ్రా
మైదా	:	4 చెంచాలు
కారం	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	1/4 చెంచా
బేకింగ్ పౌడర్	:	1/2 చెంచా
నెయ్యి	:	వేపటానికి సరిపడ

గ్రేవీకి కావలసిన పదార్థములు

పెరుగు	:	1/2 కప్పు(ఫ్రెష్)
టమాటా సన్నని ముక్కలు	:	1 1/2 కప్పు
అల్లం ముక్కలు	:	1చెంచా
పసుపు	:	1/4 చెంచా
కారం	:	1/2చెంచా
ఉల్లిముక్కలు	:	1 కప్పు
జీలకర్ర	:	1/4చెంచా
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
క్రీం	:	2చెంచాలు
నూనె	:	2 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు సన్నని పీసెస్

తయారుచేయు విధానం

ఒక బౌల్‌లో ఉప్పు, కారం, బేకింగ్ పౌడర్, మైదా తురిమి వేసి కలిపి ముద్దగా చేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమంలో చిన్న చిన్న కోఫ్తాలు తయారుచేసి ప్రక్కన

ఉంచాలి. బాండీ పెట్టి నెయ్యిపోసి కాగిన తరువాత తయారు చేసుకున్న కోఫ్తాలను ముందు సన్నని మంట మీద 3నిమిషాలు వేపి తరువాత మంట పెంచి ఎర్రగా వేపుకోవాలి. బాండీలో 1చెంచా నెయ్యి జీలకర్ర వేసి వేపాలి. వీటికి ఉల్లిముక్కలు, అల్లం, వెల్లుల్లి ముక్కలు, కారం, ఉప్పు, పసుపు, ధనియాలపొడి వేసి ఒక నిమిషం వేపాలి. వేగిన వీటికి టమాటా ముక్కలు, బాగా గరిటితో కలిపి పెరుగును, గరంమసాలా వేసి 3 నిమిషాలు కలుపుతూ వేపాలి. తరువాత ముప్పావు గ్లాసు నీరు పోసి ఉడికించాలి. కర్రీ ఉడికి చిక్కగా గ్రేవీ తయారవుతుండగా వేపి ఉంచిన కోఫ్తాలు, క్రీం, కలిపి ఒక్క నిమిషం ఉంచి తీయాలి. ఈ కోఫ్తా ఉడికి చిక్కగా గ్రేవీ తయారవుతుండగా వేపి ఉంచిన కోఫ్తాలు, క్రీం, కలిపి ఒక్క నిమిషం ఉంచి తీయాలి.

ఈ కోఫ్తా కర్రీని సర్వింగ్ డిష్‌లో పోసి పైన కొత్తిమీర చల్లివేడి వేడి నాన్ లేదా పరోటాలేదా పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.






ఐస్‌క్రీమ్స్, హోమ్‌మేడ్ జ్యూస్‌లు, పుడ్డింగ్స్

సరస్వతి పబ్లికేషన్

అరండల్‌పేట, విజయవాడ




ఐస్‌క్రీమ్స్, హోమ్‌మేడ్ పుడ్డింగ్స్, కుక్కీస్

మైథిలీ వెంకటేశ్వరరావు

₹ 40/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

ప్రథమ ముద్రణ:
జూలై 2011

ముద్రణ:

ముఖచిత్రం:
రమణ

పబ్లిషర్స్ :
సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ

ఇందులోని వంటలు ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం కోసం మాత్రమే. తయారీ విధానాన్ని బట్టి ఎంతమందికి కావాలో చూసుకొని, దాని ప్రకారంగా పాళ్లు సరిచూచుకొని వంట చేసుకోగలరు.

విషయసూచిక

రాగి జావ
కోకోనట్ జ్యూస్
ఆల్ సీజన్ కీర సలాడ్
టమాటా షర్బత్
స్ట్రాబెర్రీ పుడ్డింగ్
స్వీట్ మైదా బిస్కెట్
జామ్‌పుడ్డింగ్
నువ్వుల బిస్కెట్స్
నట్టి ఐస్‌క్రీమ్
మిక్స్‌డ్ జామ్
బొప్పాయి, అరటికాయ సలాడ్
పనస జామ్
మేంగో ఐస్‌క్రీమ్
ఆల్‌బకరా షర్బత్
కోకోనట్ కారన్‌ఫ్లేక్ కుకీస్
బటర్ స్కాచ్ ఐస్‌క్రీం
వెనిల్లా స్వీటు బిస్కెట్స్
కోకో ఆల్మండ్ బిస్కెట్
ఖర్జూర బిస్కెట్స్
మ్యాంగో షర్‌బత్
ఛెర్రీ బిస్కెట్లు
కోకోనట్ బిస్కెట్స్
ఆరెంజ్ స్క్వాష్
కిస్‌మిస్ బనానా మఫ్ఫిన్స్
నట్ కుకీస్ రెండో రకం
ఫ్రూటీకర్డ్ క్రీమ్ పుడ్డింగ్
వెజ్ సలాడ్
మిల్క్‌కేక్
క్యారెట్ జామ్
టొమోటా జామ్
స్పాంజ్ కేక్
హనీ కేక్ రెండో రకం
సుగంధిపాల జ్యూస్
చెర్రీస్ కేక్
ఛెర్రీ కోకోనట్ కేక్
కారమెల్ ఐస్‌క్రీమ్
ఛీజ్ కేక్
బాదం ఐస్‌క్రీమ్
స్ట్రాబెర్రీ జామ్
వేరుశనగలతో బిస్కెట్స్
నువ్వుల బిస్కట్లు రెండె రకం
ఫ్రూట్స్ జ్యూస్
మిల్క్‌తో బ్రెడ్
సలాడ్ క్యాప్రస్
కోకోనట్ మిల్క్ కేక్
మిల్క్‌రూ అబ్జ డ్రింక్
గ్రేప్‌పిస్తా ఐస్‌క్రీమ్
గొకొమోల సలాడ్
పౌడర్ ఐస్ క్రీమ్
ఖర్జూర బిస్కెట్
టొమోటో ఉల్లి సలాడ్
శాండ్‌విచ్
వెనీలాఐస్‌క్రీం
ఫడ్జ్ చాక్‌లెట్ ఐస్‌క్రీమ్
గోవా దోదోల్
పనస జామ్

ఐస్‌క్రీమ్స్, హోమ్‌మేడ్ పుడ్డింగ్స్, కుకీస్

కోకోనట్‌తో మిల్క్ పుడ్డింగ్

కావలసిన పదార్థాలు :

పచ్చికొబ్బరిచిప్ప	:	1
బాయిల్డ్‌రైస్	:	1 కప్పు
కొబ్బరితురుము	:	2 స్పూన్స్
పంచదార	:	4 టేబుల్ స్పూన్స్
జిలాటిన్	:	1 స్పూన్
మీగడ	:	2 స్పూన్స్
ఫ్రెష్ మిక్స్‌డ్ డ్రై ఫ్రూట్స్	:	1 కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

కొబ్బరి చిప్పను తురుముకొని దానిని రోటిలో వేసుకుని రుబ్బాలి. దానినుంచి గ్లాసు కొబ్బరిపాలు తీసుకోవాలి. 1 గ్లాసుపాలు కొబ్బరిపాలు పంచదార కలిపి బాగా గిలక్కొట్టాలి. దానిలో బాయిల్డ్ రైస్ వేసి కలుపుకోవాలి. నీళ్ళల్లో కొంచెం జిలాటిన్ కలిపి దాన్ని పంచదార కలిపిన మిశ్రమానికి బాగా కలిసేట్టుగా తిప్పాలి. దానిలో డ్రైఫ్రూట్స్ సరిపోయినన్ని కలుపుకుని ఫ్రిజ్‌లో ఉంచాలి. అరగంట తర్వాత దానిని బయటకు తీసుకుంటే సరిపోతుంది. కోకోనట్ మిల్క్ పుడ్డింగ్ రెడీ అవుతుంది.

మిల్క్ చాక్లెట్స్

కావలసిన పదార్థములు :

కండెన్స్‌డ్ మిల్క్ : 750 గ్రా

పంచదార: 750 గ్రా

కాచిన చిక్కని పాలు: 1/4 లీటరు

వెన్న : 5 గ్రా.

గ్లూకోజు పౌడర్ : 5 గ్రా

వెనిల్లా ఎసెన్సు : కొంచెం చాలు

తయారు చేయు విధానం :

ఒక గిన్నెలో కండెన్సుడు మిల్క్, కాచిన పాలని పోసి స్టవ్‌మీద పెట్టి వెలిగించాలి. పాలు కొంచెం కాగిన తరువాత పంచదార, గ్లూకోజ్‌ని అందులో పోసి అడుగంట కుండా, ఆపకుండా తిప్పుతుండాలి. చిక్కగా అయ్యేవరకూ తిప్పుతూనే వుండాలి. బాగా గట్టిపడ్డాక వెన్నని, వెనిల్లా ఎసెన్సుని అందులో పోసి బాగా కలిపి దించాలి. నెయ్యి రాసిన పళ్ళెంలో ఈ మిశ్రమంని పోసి సమానంగా చేయాలి. అలా సమానంగా చేసుకున్న తరువాత చల్లార్చి కావలసిన సైజులో ముక్కలు కోసుకోవచ్చు.

వెనీల్లా, ద్రాక్ష జ్యూస్

కావలసిన పదార్థములు

ద్రాక్ష(పచ్చివి) : 6కప్పులు

పంచదార: 3చెంచాలు

వెనీలా ఐస్‌క్రీం : 3కప్పులు

ఐస్‌క్యూబ్ : 1 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

పైన తీసుకున్న అన్నింటిని మిక్సీలో వేసి గ్రైండ్ చెయ్యాలి. తరువాత గ్లాసుల్లో పోసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

మిక్స్‌డ్ ఫ్రూట్ పుడ్డింగ్

కావలసిన పదార్థములు

కమలాపండు ముక్కలు	:	1 కప్పు
అరటిపండు ముక్కలు	:	1 కప్పు,
యాపిల్ ముక్కలు	:	1 కప్పు,
పైనాపిల్ ముక్కలు	:	1 కప్పు,
అక్రూట్ ముక్కలు	:	2 చెంచాలు.

డ్రెస్సింగ్‌కు కావలసినవి :

ఫ్రెష్‌గా ఉన్న కమలాపండు రసం	:	4 చెంచాలు,
నిమ్మరసం	:	2 చెంచాలు
కాస్టర్ షుగర్	:	1/2 కప్పు,
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	సరిపడ
క్రీం	:	1 కప్పు ఉప్పు : 1/2 చెంచా.

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా కమలాపండు తొక్కు తీసి విత్తనాలు తీసి చిన్న చిన్న ముక్కలుగా చేయాలి. యాపిల్‌ను సన్నగా పీసెస్ కట్ చేసి ఉంచాలి. అరటిపండు తొక్కు తీసి స్లయిసెస్‌గా సన్నగా కట్ చేయాలి. ఒక బౌల్‌లో యాపిల్ పైనాపిల్ పీసెస్, కమలా తొనల ముక్కలు, అరటిపండు స్లయిసెస్, అక్రూట్ ముక్కలు వేసి కలిపి ఉంచాలి. వీటిని ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబడనివ్వాలి. సాస్ ప్యాన్‌లో కమలాపండు రసం, నిమ్మరసం, కాస్టర్ షుగర్ వేసి వేడి చేయాలి. కార్న్ ఫోర్‌ను కొద్దిగా నీటిలో కలిపి షుగర్ మిశ్రమంలో పోయాలి. సన్నని మంట మీద కలుపుతూ ఉడికించాలి. మిశ్రమం చిక్కబడిన తరువాత దించి చల్లారనిచ్చి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి. చల్లగా అయిన తరువాత క్రీం వేసి బాగా కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. సర్వ్ చేసే ముందు ఐస్‌క్రీం బౌల్స్‌లో ఫ్రిజ్‌లోని ఫ్రూట్ పీసెస్‌ను పెట్టి వాటి మీద క్రీంను పలచగా పోయాలి. ఆ క్రీం మీద ద్రాక్ష, నల్లద్రాక్ష, చెర్రీ ఒక్కొక్కటి పెట్టి చల్లగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

నట్ బటర్ టాఫీ

కావలసిన పదార్థములు

సుగంధద్రవ్యం	:	1/2 చెంచా
పంచదార:	2కప్పులు	
జీడిపప్పు	:	3చెంచాల ముక్కలు
వెన్న	:	1కప్పు
చాక్‌లెట్ పౌడర్	:	8 టీ.స్పూను
నీళ్ళు	:	1/2 కప్పు
ఉప్పు	:	కొంచెం

తయారు చేయు విధానం :

ఒక గిన్నెలో పంచదార, వెన్న, నీళ్ళని, ఉప్పు వేసి బాగా కలిపి స్టవ్ మీద పెట్టాలి. సన్నటి సెగమీద కలియపెడుతూ పాకం పట్టుకోవాలి. గరిటతో ఆపకుండా కలుపుతూ ఉండాలి. ఈ మిశ్రమం చిక్కగా అయ్యాక క్రిందకు దించి రెడీగా వుంచిన పళ్ళెంలో పోయాలి. తరువాత మరో గిన్నెలో చాక్‌లెట్ పౌడర్‌ని పోసి స్టవ్‌మీద పెట్టి కరిగించాలి. కరిగిన తరువాత పళ్ళెంలో వున్న మిశ్రమం మీద సమంగా పోయాలి. తరువాత జీడిపప్పు ముక్కల్ని చల్లుకోవాలి. ఆ పైన మిగిలిన చాక్‌లెట్ ద్రవాన్ని పోసి చల్లారనివ్వాలి. బాగా చల్లారిన తరువాత చాకుతో మీకు కావలసిన సైజులో ముక్కలు కోసుకుంటే నట్ బటర్ టాఫీ రెడీ.

ఆనియన్ సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు

ఉల్లిపాయలు	:	3
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	చిటికెడు
నిమ్మరసం	:	3 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా కొత్తిమీర చాలా సన్నగా కట్ చేసి ఉంచాలి. నిమ్మరసం తీసి ఉంచాలి. ఉల్లిపాయలు తొక్కు తీసి గుండ్రంగా, సన్నని ముక్కలు కట్ చేయాలి. వీటిని ప్లేట్‌లో రౌండ్‌గా అమర్చి వాటి మీద ఉప్పు, మిరియాలపొడి, కొత్తిమీర చల్లాలి. ఈ సలాడ్‌ని ఫ్రైడ్‌రైస్ కర్రీలతో, పుల్కా కర్రీలతో గాని సర్వ్ చెయ్యాలి. సర్వ్ చేసే ముందు ఒక గంట ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి సర్వ్ చెయ్యాలి.

స్పయిసీ యాపిల్ డ్రింక్

కావలసిన పదార్థములు

యాపిల్ రసం	:	1 గ్లాసు
నీరు	:	1/2 గ్లాసు
అల్లం ముక్క	:	1అంగుళం ముక్క
సోడా	:	1/2 గ్లాసు
దాల్చిన చెక్క	:	1 అంగుళం ముక్క
లవంగాలు	:	5
పంచదార	:	3 చెంచాలు
నిమ్మరసం	:	1 చెంచా
పొదీనా	:	1చెంచా ఆకులు

తయారుచేయు విధానం

నీటిలో లవంగాలు, దాల్చిన చెక్క, అల్లంముక్క వేసి అయిదు నిమిషాలు మరిగించాలి. తరువాత నీటిని వడగొట్టి ఆ నీటిలో పంచదార, నిమ్మరసం, యాపిల్ రసం కలిపి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి. సర్వ్ చేసే ముందు అప్పటికప్పుడు తయారు చేసి లేదా సోడా బాటిల్‌లో ఓపెన్ చేసి యాపిల్ రసం మిశ్రమంలో పోయాలి. ఆ మిశ్రమాన్ని గ్లాసుల్లో పోసి పైన సన్నగా కట్ చేసిన పొదీనా ఆకులు చల్లి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.సోడా తయారు చేసే నీటిని కూడా చల్లని ఉన్నవి ఉపయోగించాలి.

గరమ్ గరమ్ కోకోబార్

కావలసిన పదార్థములు

పచ్చికొబ్బరి తురుము : 4 చిప్పలది

కాచి చల్లార్చిన పాలు : 2 కప్పులు

పంచదార : 2కప్పులు

కలర్ : 1/4 స్పూను

స్కిమ్డ్ మిల్క్‌పౌడర్ : 3/4 కప్పు

కోకోనట్ ఎసెన్సు : 1 1/4 టీ స్పూను

తయారు చేయు విధానం :

ముందుగా తురుముని ఒకగిన్నెలో వేసి అందులో పాలనీ, పాలపొడిని వేసి స్టవ్ మీద పెట్టి గట్టిపడేవరకూ వుడికించాలి. అడుగంటకుండా జాగ్రత్తపడుతూ నీళ్ళన్ని ఆవిరి అయ్యేవరకు వుడకనిచ్చి అందులో పంచదారని పోయాలి. పంచదార కరిగి తిరిగి పలుచబడుతుంది మిశ్రమం. తిరిగి ఈ మిశ్రమం గట్టి పడేవరకూ ఉంచి ఎసెన్సుని వేసి రంగు చల్లి సమానంగా కలిపి దించాలి. నెయ్యి రాసి రెడీగా ఉంచిన పళ్ళెంలో ఈ మిశ్రమం పోసి సమంగా తట్టాలి. ఈ మిశ్రమం చల్లారిన తరువాత చాకుతో పొడవుగా (ఐదు అంగుళాలు) అంగుళం వెడల్పుగా ముక్కలు కోసుకోవాలి. ఈ ముక్కల్ని రంగుకాగితంతో చుట్టితే కోకోబార్ రెడీ అయినట్లే. ఇవి చాలా రుచిగా వుంటాయి.

చాకీ టాఫీ

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి : 1కప్పు

పంచదారపొడి : 2 కప్పులు

వెన్న : 2 కప్పులు

బోర్నవిటా : 1 1/2 కప్పు

కండెన్సుడు మిల్క్ : 2 టీ స్పూనులు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా మైదాపిండిని జల్లెడపట్టుకుని ఒక పాత్రలో పోసుకోవాలి. తరువాత పంచదార పొడిని, వెన్నని బోర్న్‌విటాని, కండెన్సుడు మిల్క్‌ని మైదాపిండిలో పోసి గరిటెతో బాగా కలియబెట్టాలి. పేస్ట్‌లాగా తయారు చేసుకోవాలి. తరువాత స్టవ్‌మీద ఆ పాత్రని పెట్టి అడుగంటకుండా సన్నని సెగమీద వుడికిస్తూ గరిటతో కలియపెడుతూ వుండాలి. ఈ మిశ్రమం చిక్కబడిన తరువాత దించి నెయ్యిరాసిన పళ్ళెంలో పోసి సమానంగా చేయాలి. పది నిమిషాలు ఆగి బాగా చల్లారిన తరువాత చతురస్రాకారంలో చిన్నచిన్న టాఫీలుగా కట్ చేసుకోవాలి.

జామపండ్ల జామ్

కావలసిన పదార్థములు

జామపండ్లు	:	పన్నెండు
దాల్చినచెక్క	:	1 చెక్క
లవంగాలు	:	ఐదు
నిమ్మకాయలు	:	మూడు
పంచదార	:	తగినంత
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

జామపండ్లను కడిగి ముక్కలు చేసి నీళ్ళు పోసి కుక్కర్‌లో ఉడికించి మెత్తగా చేసి వడగట్టి విత్తనాలు తీసి గుజ్జు ఎంత ఉందో కొలిచి దానికి 4 రెట్లు పంచదారపోసి, నిమ్మరసం కలిపి దాంట్లో లవంగాలు, చెక్క వేసి ఉడికించి తయారయిన తర్వాత పొడి సీసాలో పోసి చల్లార్చాలి.

బిస్కెట్ పూరీ

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	1 కప్పు
గోధుమ పిండి	:	1 కప్పులు

బొంబాయి రవ్వ	:	2 కప్పులు
నెయ్యి	:	1/2 కప్పు
సోడా	:	కొంచెం
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

అన్నీ పిండులను జల్లించి శుభ్రపరిచి ఒక బేసిన్‌లోకి తీసుకోవాలి. నీరు పోసి పూరీ పిండికన్నా గట్టిగా ఉండేటట్లు కలుపుకోవాలి. 45 ని॥లు నాననివ్వాలి. తరువాత పీట మీద లేదా టేబుల్‌మీద వేసి బాగా మర్ధించి పిండి తీసుకొని పూరీ సైజులో పూరీ కర్రతో కొద్దిగా మందంగా వత్తుకోవాలి. ఒక మూతతో వత్తి సమానంగా బిళ్ళలను చేసుకోవాలి. వాటిని పక్కన పెట్టి అలా మొత్తం పిండి చేయాలి. నూనె కాగనిచ్చి దాంట్లో ఈ బిళ్ళలను వేసి ఎర్రగా వేయించి తయారుచేసిన బిస్కెట్ పూరీలు వారం రోజుల వరకు ఉంటాయి.

ఫ్రూటీ పంచ్

కావలసిన పదార్ధములు

పైనాపిల్ జ్యూస్	:	1/2 కప్పు
టిన్డ్ పైనాపిల్ పీసెస్	:	1/2 టిన్
నిమ్మకాయలు	:	1
బత్తాయిలు	:	2
చెర్రీస్	:	1/2 డబ్బా
పంచదార	:	2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా 1కప్పు నీటిని మరిగించాలి. దాంట్లో పైనాపిల్ జ్యూస్, బత్తాయిజ్యూస్, నిమ్మరసం తీసి కలునుకోవాలి. ఈజ్యూస్‌ని మిక్సీలో వేసి దానికి చెర్రీస్ పైనాపిల్ ముక్కలు పంచదార కలిపి జ్యూస్ చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని పల్చటి క్లాత్‌లో వడగట్టి పొడిగా వున్న సీసాలో పోసి భద్ర పరచాలి. 1గ్లాసు ఐస్‌వాటర్‌లో 3చెంచాలు ఫ్రూట్‌జ్యూస్,1ఐస్ క్యూబ్ జత చేసి కలిపి కూల్‌గా టసర్వ్ చెయ్యాలి.

నట్‌ఫ్రూటీ స్క్వాష్

కావలసిన పదార్థములు

బత్తాయి రసం	:	1/2 కప్పు
నారింజరసం	:	1/2 కప్పు
యాపిల్ రసం	:	1/2 కప్పు
టమాటా రసం	:	1/2 కప్పు
యాలకలపొడి	:	1/2చెంచా
కుంకుమపువ్వు	:	1 చెంచా
సీమబాదంపప్పులు	:	4

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బాదంపప్పును నీటిలో నానపెట్టి ఉంచాలి. టమాటాలను జ్యూసర్‌వేసి జ్యూస్‌తీసి పల్చటి గుడ్డలో వడకట్టి వుంచాలి. యాపిల్ చెక్కుతీసి మధ్యకి కోసి విత్తనాలు తీసి యాపిల్‌ను సన్నగా కట్‌చేసి మిక్సీలో వేసి జ్యూస్ తీసి పల్చటి గుడ్డలో వడకట్టి వుంచాలి. తరువాతబత్తాయి, నారింజరసం తీసి వాటినికూడా వడగట్టి ఉంచాలి. వీటన్నింటిని విడివిడిగా ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబరచాలి. నీటిలో నానిన బాదంపప్పు తొక్కలు వొలిచి సన్నగా పొడవుగా పీసెస్ కట్ చేయాలి. సర్వ్ చేసే ముందు గ్లాసుల్లో ఐస్‌క్యూబ్ మెత్తగా కొట్టి అడుగున వేయాలి. ఆ ఐస్ మీద నెమ్మదిగా ముందుగా యాపిల్ జ్యూస్, తరువాత టమాటా రసం, ఆపైన బత్తాయి, నారింజరసం పోసి పైన సీమబాదంపప్పు ముక్కలు, యాలకల పొడి, కుంకుమ పువ్వు నలిపి యాలకలపొడి మీద వేసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి. ఒక జ్యూస్ తరువాత ఒకటి నెమ్మదిగా పోయటం వల్ల జ్యూస్‌లు మిక్స్ కాకుండా ఉండి తాగేటప్పుడు రుచి విడి విడిగా తెలిసి రుచిగావుంటుంది.

హనీ ఆరెంజ్ స్క్వాష్

కావలసిన పదార్థములు

తేనె	:	8 చెంచాలు
పాలు	:	1 లీటరు
ఆరెంజ్ జ్యూస్	:	3 కాయలది

ఆరెంజ్‌కలర్	:	కొంచెం
ఆరెంజ్ సన్నని ముక్కలు:		1/2 కప్పు
కస్టర్డ్ పౌడర్	:	8 చెంచాలు
పంచదార పొడి	:	120గ్రా
ఎగ్స్	:	2
జీడిపప్పు	:	4 చెంచాల ముక్కలు
బాదంపప్పు	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఎగ్స్ పగలగొట్టి వాటి యొక్క యోక్‌ను బౌల్‌లోకి తీసుకోవాలి. ఆ యోక్‌కి పంచదార పొడి, కస్టర్డ్ పౌడర్, కొద్దిగా పాలు, వేసి పేస్టులా అయ్యేంత వరకు కలిపి పక్కన వుంచాలి. పాలను గిన్నెలో పోసి పొయ్యి మీద పెట్టి కాగనివ్వాలి. పాలను పొంగేంతవరకు ఉంచకుండా కాగిన తరువాత యోక్ మిశ్రమాన్ని పోసి కలుపుతూ ఉడికించాలి. ఇదంతా సన్నని మంటమీద ఉంచి ఉడికించాలి. ఉడుకు వచ్చి బుడగలు వస్తున్నప్పుడు దించాలి. ఈ పాల మిశ్రమానికి 6 చెంచాల తేనె, కమలాపండు జ్యూస్, ఆరెంజ్ కలర్,కమలా తొనలు, ఎగ్స్‌లో వచ్చిన వైట్‌ను బాగా గిలకొట్టి ఆ వైట్‌ను పాల మిశ్రమంలో కలపాలి.

ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి చల్లబరచి సర్వ్ చేసేముందు తీసి పైన మిగిలిన తేనె మరియు బాదం,జీడిపప్పులను చల్లి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

ప్యూర్ కోకోనట్ బిస్కెట్

కావలసిన పదార్థములు

కోకో	:	6 చెంచాలు
బాదంపప్పు	:	1కప్పు
మైదా	:	2కప్పులు
పాలు	:	1/2 కప్పు
తినేసోడా	:	1 చెంచా
వెనిలా ఎసెన్స్	:	1 చెంచా
పంచదారపొడి	:	2 కప్పులు
ఉప్పు	:	1 చెంచా
నెయ్యి	:	200 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం :

వెన్న, పంచదార కలిపి గిలకొట్టి ఉంచాలి. అలానే పాలు, వెనీలా ఎసెన్స్ కలపాలి. జల్లించిన మైదాలో సోడా, కోకో, ఉప్పు, వెన్న మిశ్రమము, పాలు మిశ్రమము కూడా వేసి బాగా కలపాలి. దీంట్లో సన్నగా కట్ చేసిన బాదంపప్పులు 3/4 వంతు కలిపి 1 సెం.మీ మందంగా చపాతీలా ఒత్తుకొని రౌండుగా బిస్కెట్టులా కట్ చేసుకొని వాటి మీద బాదంపప్పు చల్లి ఒవెన్‌లో పెట్టి 10 నిమిషాలు అనంతరం తీసి ఆరిన తర్వాత నిల్వ ఉంచుకోవాలి.

టమోటా ఆనియన్ సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు

టమోటాలు (గట్టివి)		
వెనిగర్	:	2చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు
ఉప్పు	:	సరిపడ
పచ్చిమిర్చి	:	2
మిరియాలపొడి	:	1/4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా గట్టిగా ఉన్న టొమోటాలను తీసి సన్నగా గుండ్రంగా చక్రాల్లాగా కట్ చేసి ఉంచాలి. వీటి కన్నా ముందుగా ఉల్లిపాయలను చాలా సన్నని ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. వీటికి ఉప్పు,మిరియాలపొడి, జతచేసి బాగా పట్టించి పావుగంట సేపు ప్రక్కన ఉంచాలి. తరువాత వాటికి కొంచెం నీరు పోసి కడిగి ప్రక్కన ఉంచాలి. టొమోటాలను ప్లేట్‌లో ఒక్కోదాన్ని తరువాత ఒకటిగా గుండ్రంగా అమర్చి వాటి మీద ఉల్లిముక్కలు, వెనిగర్, పచ్చిమిర్చి, కొంచెం ఉప్పు చల్లి సర్వ్‌చెయ్యాలి. సాయంత్రంపూట ఈ సలాడ్ తీసుకోవటం వల్ల ఆరోగ్యం మరియు వెరైటీ స్నాక్ అవుతుంది.

సాల్టు బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	4కప్పులు
వెన్న	:	200గ్రాములు
నెయ్యి	:	200 గ్రాములు
ఉప్పు	:	2 చెంచాలు
పాలు	:	3/4 కప్పు
అజవాని గింజలు	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం :

మైదా, ఉప్పు కలుపుకొని దాంట్లో అజవాని గింజలు, నెయ్యి, వెన్న వేసి బాగా కలిపి సగంపాలు కూడా పోసి కలపాలి. ముద్దగా చేసుకొని 1/2 సెం.మీ మందంగా చపాతీలా ముద్దను వత్తుకొని బిస్కెట్లులా కట్ చేసుకొని గోధుమరంగు వచ్చేంత వరకు బేక్ చేసి చల్లార్చి సీసాలో పెట్టాలి.

కిస్‌మిస్ బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

కిస్‌మిస్	:	1/2 కప్పు
వెన్న	:	100గ్రాములు
గ్రుడ్డు	:	ఒకటి
మైదా	:	1/4 కిలో
నిమ్మపొట్టు	:	1 చెంచా
బేకింగ్ పౌడర్	:	1/2 చెంచా
పంచదార	:	1కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

మైదా, వెన్న, బేకింగ్ పౌడర్ వేసి బాగా గ్రుడ్డును పగలకొట్టి చిలికిన తర్వాత మైదా వేసి దీనికి పొడి చేసిన పంచదార నిమ్మపొట్టు (తురిమినది) కిస్‌మిస్ చేర్చి ముద్దగా కలిపి ఆరుగంటలు నానబెట్టాలి. తరువాత కావలసిన మందంలో చపాతీలాగా వత్తుకుని బిస్కెట్ సైజులో చిన్న మూతతో కట్ చేసుకొని బేక్ చేసుకోవాలి.

కొబ్బరి ఛెర్రీ బిస్కెట్లు

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	1కప్పు
పంచదారపొడి	:	3/4 కప్పు
చెర్రీస్, కొబ్బరికోరు	:	1కప్పు
వెన్న	:	6చెంచాలు
వెనిలా ఎసెన్స్	:	1 చెంచా
నెయ్యి	:	6 చెంచాలు
పాలు	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు	:	1/4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

వెన్న, పంచదార పొడి, నెయ్యి బాగా పేస్ట్‌లాగా కలిపి దీనికి జల్లించిన మైదా, బేకింగ్ పౌడర్ కలపాలి. ఈ మిశ్రమానికి పాలు కొబ్బరికోరు కలపాలి. దీనికి ఛెర్రీస్, ఉప్పు, వెనీలా ఎసెన్స్ కలిపి 1 సెం.మీ మందంగా చపాతీలాగా చేసి గుండ్రంగా బిళ్ళలు కోసి వాటిపై పాలు, కొబ్బరికోరు చల్లి ఓవెన్‌లో బేక్ చేయాలి.

వెజ్ సలాడ్ రెండో రకం

కావలసిన పదార్థములు

కీరదోస	:	1
పొడవు దోసకాయ	:	1
క్యాబేజి	:	చిన్నముక్క
పెసలు	:	1/2కప్పు
ఆమ్‌చూర్‌పొడి	:	1/2 చెంచా
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
పంచదార	:	1/2 చెంచా
నిమ్మరసం	:	3 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగాపెసలు నానపెట్టి తరువాత తీసి ఏదన్నా బాక్స్‌లో పోసి మూత పెట్టాలి. అలా చేయటం వల్ల పెసలు మొలకెత్తుతాయి. వీటిని రెడిగా ఉంచుకోవాలి. కీర దోస చెక్కు తీసి సన్నగా గుండ్రంగా కట్ చేసుకోవాలి. పొడవు దోసకాయ చెక్కు తీసి 1 1/2 అంగుళం పొడవు, 1/4 అంగుళం వెడల్పుతో ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి. నిమ్మరసం తీసి ఉంచాలి. క్యాబేజిని కడిగి చాలా సన్నని ముక్కలుగా కట్ చెయ్యాలి. కొత్తిమీర కూడా చాలా సన్నగా కట్ చేసి ఉంచాలి.ఒక బౌల్‌లో దోస, కీరదోస, క్యాబేజి ముక్కలు వేయాలి. వాటికి నానపెట్టిన పెసలు, మిరియాలపొడి, ఆమ్‌చూర్ పొడి, పంచదార, ఉప్పు, నిమ్మరసం జతచేసి ఆ ముక్కలకి పట్టించాలి. సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి సర్వ్ చేసే ముందు బాగా కలిపిపైన కొత్తిమీరచల్లి సర్వ్‌చెయ్యాలి.

స్వీట్ బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	1/2కిలో
నెయ్యి	:	1/4 కిలో
వెనీల్లా ఎసెన్స్	:	1 చెంచా
పంచదార	:	1/2 కిలో
బేకింగ్ పౌడర్	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

పంచదార గిన్నెలో పోసి వేడి చేసి నెయ్యి పోసి బాగా కలిపి దీనికి ఎసెన్సు వేసి మెత్తగా అయ్యేటట్లు కలపాలి. తరువాత దీనికి మైదా, బేకింగ్ పౌడర్ కలిపి బాగా మెత్తగా చేసి 1 సెం.మీ మందంలో చపాతీలా వత్తి ఒక మూతతో గుండ్రంగా బిస్కెట్లు కట్ చేసుకుని ప్లేటుకు నెయ్యిరాసి ఈ బిస్కెట్లు సర్ది అరగంట బేక్ చేయాలి.

ఇలాచీ, జీడిపప్పు బిస్కెట్లు

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	1/4 కిలో
పంచదారపొడి	:	125 గ్రాములు

బొంబాయిరవ్వ	:	1 చెంచా
జీడిపప్పు	:	50గ్రాములు
డాల్డా	:	150గ్రాములు
ఇలాచీ (యాలకుల) పొడి	:	1చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

మైదా జల్లించి దీనికి పంచదార పొడి, యాలకులపొడి, రవ్వ కలిపి డాల్డా కాచి వేడి చేసి చల్లార్చి ఈ పిండిలో పోస్తూ కలిపి ముద్ద చెయ్యాలి. చిన్నచిన్న ఉండలుగా చేసుకొని మందంగా నొక్కి వెడల్పు చేసి ఉంచాలి. వాటి మీద సన్నగా కట్ చేసిన జీడిపప్పు వేసి అది ఓవెన్‌లో పెట్టి అరగంట బేక్ చెయ్యాలి.

కారమల్ పుడ్డింగ్

కావలసిన పదార్థములు

అటుకులు	:	100గ్రా
పంచదార	:	50గ్రా
నిమ్మరసం	:	1 చెంచా
బెల్లం	:	50గ్రా
మీగడపాలు	:	అరలీటరు
వెనిల్లా ఫ్లావర్డ్ కస్టర్డ్ పౌడర్	:	25 గ్రా,
వెనిల్లా ఎసెన్స్	:	1/4 చెంచా
యాపిల్ సన్నని పీసెస్	:	1/4 కప్పు
క్యారెట్ తురుము	:	1 చెంచా
కిస్‌మిస్	:	1 చెంచా
టూటీఫ్రూటీ	:	2చెంచాలు
క్రీం	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా పొడిగా ఉన్న మందపాటి గిన్నెలో పంచదార వేసి కొంచెం నీరు కలిపి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. ఉడికినంత సేపు గరిటితో బాగా కలుపుతూ ఉడికించాలి. ఉడుకు వస్తున్నప్పుడు నిమ్మరసం కలపాలి. లేతగా పాకం రాగానే తీసి ఏదన్నా బౌల్‌లో పోసి ప్రక్కన ఉంచాలి. పాలు గిన్నెలో పోసి ఉడికించి దాంట్లో బెల్లం మెత్తగా చేసినది కలపాలి. బెల్లం కరిగిన తరువాత అటుకులు వేసి కలుపుతూ ఉడికించాలి. పాలు చిక్కబడి కోవాలాగా అవుతుండగా దించి ప్రక్కన ఉంచాలి. కార్న్‌ఫ్లోర్‌ను కొద్దిగా పాలలో కలిపి ఉంచాలి. ఎగ్స్‌ని పగలకొట్టి బౌల్‌లో వేసి దానికి కార్న్‌ఫ్లోర్ మిశ్రమం కలిపి బాగా బీట్ చేసి ఈ మిశ్రమానికి కస్టర్డ్‌పౌడర్‌ని ఉండలు లేకుండా కలపాలి. ఈ మిశ్రమంలో నిమ్మరసం 1/2 చెంచా, యాపిల్, క్యారెట్ తురుము కిస్‌మిస్, బాదంపప్పు, జీడిపప్పు, టూటీఫ్రూట్ కూడా వేసి బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని బౌల్‌లో వేసి పంచదార పాకంలో ముప్పాతిక భాగం వరకు వచ్చేలా పోయాలి. తరువాత ఈ బౌల్‌ను అల్యూమినియం ఫాయిల్‌తో కవర్ చేసి కుక్కర్‌లో పెట్టి ఉడికించాలి. తీసి చల్లారిన తరువాత ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి కూల్ చెయ్యాలి. సర్వ్ చేసే ముందు తీసి బౌల్‌లో పెట్టి పైన క్రీం వేసి చల్లగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

కర్డ్-సాండ్‌విచ్

కావలసిన పదార్థములు

కమ్మని పెరుగు	:	2చెంచాలు
బ్రెడ్	:	1 ప్యాకెట్ చిన్నది
ఉప్పు	:	తగినంత
క్యారెట్ తురుము	:	1 స్పూన్
ఉల్లిముక్కలు	:	3 స్పూన్స్
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
టమాటాముక్కలు	:	3 స్పూన్స్
బొంబాయిరవ్వ	:	2 టీస్పూన్స్
బ్రెడ్	:	1 చిన్నది

తయారుచేయు విధానము :

ముందుగా పెరుగులో ఉప్పు, ఉల్లి, టమోటా, క్యారెట్ తరుగు, బొంబాయిరవ్వ, కొత్తిమీర వేసి కలపాలి. బ్రెడ్ స్లైస్ పెనం మీద పెట్టి దాని మీద పెరుగు గ్రేవీ పెట్టాలి. బ్రెడ్ స్లైస్ ఫ్రై అయిన తరువాత పెరుగు గ్రేవీ ఉన్న వైపు నేయితో కాల్చాలి. 5 నిమిషాలు అయిన తరువాత తీస్తే పూర్తిగా కాలి ఉంటుంది. రెండు వైపులా నేయితో కాల్చాలి.

ద్రాక్ష ఆపిల్ జామ్

కావలసిన పదార్థములు

ద్రాక్ష గుజ్జు	:	1/2 కిలో
ఆపిల్ గుజ్జు	:	1/2 కిలో
పంచదార	:	1/2 కిలో
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	1/2 చెంచా
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

ఆపిల్ తోలు తీసి ముక్కలను నీరుపోసి ఉడికించాలి. అలాగే గింజలు తీసి ద్రాక్షని ఉడికించాలి. రెండు గుజ్జులకు దానికి పంచదార, సిట్రిక్ ఆసిడ్ కలిపి బాగా ఉడికేంతవరకూ కలతిప్పుతూ ఉండాలి. జామ్ మెత్తగా తయారయిన తరువాత దించి పొడి సీసాలో చల్లారిన తర్వాత మూతపెట్టాలి.

బనానా మిల్క్‌షేక్

కావలసిన పదార్థములు

అరటిపండ్లు	:	2
పాలు	:	3 గ్లాసులు
పంచదార	:	4 చెంచాలు
రోజ్‌వాటర్	:	1/4 కప్పు
జాజికాయపొడి	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా అరటిపండ్లు తొక్కుతీసి సన్నగా ముక్కలు చేయాలి. కాగి చల్లారిన పాలలో అరటిపండు ముక్కలు, పంచదార వేసి కలిపి జ్యూసర్ వేసి జ్యూస్ చేసుకోవాలి. తయారు చేసిన జ్యూస్‌ను ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబరచాలి. సర్వ్ చేసే ముందు గాజు గ్లాసుల్లో జ్యూస్‌ను పోసి పైన జాజికాయపొడి చల్లి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

చాకోనట్ ఐస్‌క్రీం

కావలసిన పదార్థములు

కోకోపౌడర్	:	3 చెంచాలు
చాక్లెట్ స్లాబ్	:	1/2 ముక్క
క్రీం	:	3 కప్పులు
పంచదార పొడి	:	10 చెంచాలు
వెనిల్లా ఎసెన్సు	:	2 చెంచాలు
ఎగ్‌వైట్	:	6 ఎగ్స్‌ది
బాదంపప్పు	:	1/4 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఎగ్ పగలగొట్టి ఎగ్ వైట్‌ను బౌల్‌లో వేసి బాగా బీట్ చేసి ఉంచాలి. ఈ వైట్‌లో పంచదార పొడి కొంచెం కొంచెం వేసి కలిపి నురగ వచ్చేంత వరకు బీట్ చేసుకోవాలి. పాలతో కోకో కలిపి సన్నని మంట మీద ఉంచి గరిటతో కలుపుతూ ఉడికించాలి. కాసేపటికి పాలు మరిగి చిక్కగా అవుతాయి. క్రీంని కూడా బాగా బీట్ చేసి మరిగే పాలలో వేసి కలపాలి. తరువాత ఎసెన్సు వేసి బాగా కలిపి దించాలి. మిశ్రమాన్ని బాగా చల్లారనిచ్చి ఫ్రీజర్‌లో పెట్టాలి. మిశ్రమం కొంచెం గడ్డకడుతుండగా మళ్ళీ బాగా బీట్ చేసి బాదంపప్పును కలిపి మళ్ళీ ఫ్రీజర్‌లో పెట్టి ఫ్రీజ్ చెయ్యాలి. సర్వ్ చేసే ముందు తీసి ఐస్‌క్రీం బౌల్స్‌లో పెట్టి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి. (చాక్లెట్ కనుక వాడితే ముందుగ వేడి నీటిలో చాక్లెట్‌ను వేసి కరిగించి ఆ పేస్టుని కోకో బదులు వాడుకోవాలి)

నట్టీ బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	4కప్పులు
వెన్న	:	1 1/4 కప్పు
బాదంపప్పు	:	1/2 కప్పు
నీరు	:	3/4 కప్పు
బేకింగ్ పౌడర్	:	2 1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	3/4 చెంచా
పంచదార	:	1 1/4 కప్పు
జామ్	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం

వెన్న, పంచదార పొడి వేసి బాగా కలిపి దానికి మైదా, బేకింగ్ పౌడర్, ఉప్పు కలిపిన మిశ్రమానికి కలపాలి. మైదాని ముద్ద చేసి దానిని చిన్నచిన్న ఉండలుగా చేసుకొని వత్తుకొని బిళ్ళలు చేయాలి. ఒక్కొక్క దానిమీద జామ్ రాసిపైన సన్నగా కట్ చేసిన బాదంపప్పు చల్లి దానిమీద వత్తిన బిళ్ళ పెట్టి అంచులు నొక్కి తయారుచేసుకోవాలి. అన్నీ చేసుకొని 30 నిమిషాలు బేక్ చేయాలి.

బఠానీ సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు

బఠానీ	:	1కప్పు
కాలీఫ్లవర్ తురుము	:	1/4 కప్పు
క్యారెట్ తురుము	:	1/4 కప్పు
ఉల్లిసన్నని ముక్కలు	:	1/4 కప్పు
ఫ్రెంచి డ్రస్సింగ్	:	1/4 కప్పు
నిమ్మరసం	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
మిరియాల పొడి	:	1/4 చెంచా
కొత్తిమీర	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం :

బఠానీలు ఉడకబెట్టాలి. తురములు, బఠానీ, ఉల్లిముక్కలు ఒక బౌల్‌లో వేసి ఉప్పు వేసి కలిపి గంట వుంచాలి. తరువాత వాటిమీద మిరియాలపొడి, నిమ్మరసం, ఫ్రెంచ్ డ్రస్సింగ్ కలిపి పైన కొత్తిమీర చల్లి ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి చల్లబర్చి తర్వాత సర్వ్‌చేయాలి.

బొప్పాయి సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు

బొప్పాయి కాయ	:	1/2 (దోరగా ఉండాలి)
పైనాపిల్	:	1/2 కాయ
ఉల్లికాడలు	:	ఒకటి
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు
నిమ్మరసం	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

బొప్పాయికాయ, పైనాపిల్ రెండింటి చెక్కు తీసి సన్నగా ముక్కలు కట్ చేయాలి. ఉల్లి కాడ కూడా సన్నగా తరిగి అన్ని ముక్కలను బౌల్‌లో పోసి ఉప్పు, మిరియాలపొడి వేసి, నిమ్మరసం కలిపి మొత్తం మిశ్రమాన్ని బాగా కలిపి సర్వ్‌చేయాలి.

స్ట్రాబెర్రీ ఐస్‌క్రీం

కావలసిన పదార్థములు

క్రీం	:	250గ్రా
పంచదార:	150గ్రా	
ఎగ్స్	:	5
స్ట్రాబెర్రీ కలరింగ్	:	సరిపడ
స్ట్రాబెర్రీ ఎసెన్సు	:	2 చెంచాలు
నీరు	:	150 మి.లీ

తయారుచేయు విధానం

ఒక గిన్నెలో పంచదార, నీరుపోసి గరిటతో కలబెట్టి పొయ్యి మీద పెట్టి పంచదార కరిగిన తరువాత పాకం రానివ్వాలి. పొయ్యి మీద ఉన్నంత సేపు గరిటతో కలపాలి. మిశ్రమం కొద్దిగా చిక్కబడిన తరువాత గరిటకు అతుకుతూ వున్నపుడు పొయ్యిమీద నుంచి దించి చల్లార్చాలి. ఒక బౌల్‌లో ఎగ్స్ పగలగొట్టి ఎగ్‌వైట్‌ని మాత్రమే వేసి బాగా కలిపి స్టిఫ్‌గా అయ్యేలా చెయ్యాలి. ఈ ఎగ్ వైట్‌లో క్రీం వేసి కలిసేలా బాగా కలపాలి. ఈ ఎగ్ క్రీం మిశ్రమాన్ని పంచదారపాకంలో వేసి బాగా కలపాలి. ఇంకా స్ట్రాబెర్రీ ఎసెన్సు, కలరింగ్ సరిపడావేసి బాగా కలిపి ఈ మొత్తం మిశ్రమాన్ని ఫ్రీజర్‌లో పెట్టి చల్లబడనివ్వాలి. దాదాపు గడ్డకడుతుండగా తీసి మళ్ళీ బీట్ చేసి ఫ్రీజర్‌లో పెట్టి గడ్డగా అవనివ్వాలి. సర్వ్ చేసే ముందు ఐస్‌క్రీం బౌల్‌లో పెట్టి పైన స్ట్రాబెర్రీ సాస్ వేసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

వాల్‌నట్ కుకీస్

కావలసిన పదార్థములు

వాల్‌నట్ ముక్కలు	:	1కప్పు
పంచదార	:	1కప్పు
గుడ్డులోని తెల్లసొన	:	4 గుడ్లు
కోకో	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం :

గుడ్లులోని తెల్ల సొనని బాగా గిలకొట్టాలి. పంచదార, కోకో, వాల్‌నట్ ముక్కలు బాగా కలిపి తెల్లని సొన వేసి బాగా కలపాలి. ట్రేలో నెయ్యి రాసి దానిమీద బిస్కెట్ మిశ్రమాన్ని పోసి బేక్ చెయ్యాలి.

కారన్ ఫ్లోర్ కుకీస్

కావలసిన పదార్థములు

కారన్ ఫ్లోర్	:	4కప్పులు
బాదంపప్పు	:	1కప్పు

కొబ్బరికోరు	:	2 కప్పులు
పంచదార పొడి	:	2 కప్పులు
వెనీలా ఎసెన్సు	:	1చెంచా
గుడ్లు	:	నాలుగు

తయారుచేయు విధానం :

గుడ్లలోని తెల్లసొన మాత్రమే తీసుకొని బాగా నురగొచ్చేలా బీట్ చేయాలి. బాదంపప్పును నానబెట్టి పొట్టు తీసి సన్నగా కట్ చేయాలి. పైన చెప్పినవన్నీ కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ఎగ్ బీట్‌లో కలిపి బేకింగ్ ట్రేలో నెయ్యి వ్రాసి ఈ మిశ్రమాన్ని పోసి బేక్ చెయ్యాలి.

స్పాంజి కేక్ (ఎగ్‌లెస్)

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	250గ్రాములు
బేకింగ్ పౌడర్	:	2 చెంచాలు
కోకో	:	2 చెంచాలు
కండెన్స్‌డె మిల్క్	:	1 చెంచా
పంచదార	:	తగినంత
ఉప్పు	:	కొంచెం
వెన్న	:	100గ్రాములు
వెనీలా ఎసెన్స్	:	1 చెంచా
నీరు	:	1కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండి, బేకింగ్ పౌడర్, కోకో, ఉప్పు కోకో, ఒక పళ్ళెంలో పోసి బాగా కలిపి జల్లించి ఉంచాలి. ఒక గిన్నెలో వెన్న కరగనిచ్చి దానికి కండెన్స్‌డ్ మిల్క్, నీరు, ఎసెన్స్ పోసి కలిపి జల్లించిన పిండి కొంచెం కొంచెం పోస్తూ ఉండలు కట్టకుండా బాగా కలిపి 15 నిమిషాలు ఉంచి కేక్ పాత్రలో నెయ్యి రాసి సగము వరకు పోసి ఓవెన్‌లో 1/2 గంట బేక్ చేసి తీయాలి.

హనీ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	1/4కిలో
తేనె	:	1/8 కిలో
వెన్న	:	100గ్రాములు
పంచదారపొడి	:	100గ్రాములు
ఆరెంజి ఎసెన్స్	:	కొన్ని ముక్కలు
ఎగ్స్	:	రెండు
బేకింగ్ పౌడర్	:	1చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండి, బేకింగ్ పౌడర్ బాగా కలిపి జల్లించి ఉంచాలి. ఒక గిన్నెలో వెన్న, పంచదార పొడి వేసి బాగా కలిపి పేస్టులా చెయ్యాలి. గ్రుడ్లు విడిగా గిన్నెలో పోసి గిలకొట్టి దాంట్లో వెన్న మిశ్రమము పోసి కలపాలి. తర్వాత తేనె ఆ తర్వాత మైదా పోసి బాగా కలపాలి. దీనిని కేక్ పాత్రలో నెయ్యిరాసి పోసి 45 నిమిషాలు బేక్ చెయ్యాలి. (350 ఫారెన్ హీట్‌లో)

పైనాపిల్ ఫ్రూట్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

పైనాపిల్ ముక్కలు టిన్‌లో ప్యాక్‌చేసి నిల్వ చేసినవి : 4

పైనాపిల్ ఎసెన్స్	:	కొన్ని చుక్కలు
గ్రుడ్లు	:	మూడు
పసుపురంగు పొడి	:	కొంచెం
బేకింగ్ పౌడర్	:	1/2 చెంచా
మైదాపిండి	:	150 గ్రాములు
చెర్రీస్	:	12,
పంచదార పొడి	:	130 గ్రా॥.

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిని బేకింగ్ పౌడర్ కలిపి బాగా జల్లించాలి. ఒక గిన్నెలో వెన్న పంచదార పొడి కలపాలి. దాంట్లో గిలకొట్టిన ఎగ్‌ను కొంచెం పోస్తూ బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమానికి రంగు పొడి, జల్లించిన మైదా వేసి బాగా కలపాలి. కేక్ పాత్రను తీసుకొని దానిలోకి వెన్న బాగా రాసి దానిపై కొంచెం చక్కెర అంతమేర చల్లాలి. తర్వాత దానిమీద అనాస బిళ్ళలు అడుగు భాగాన పరిచి దాని పైన సగానికి కట్ చేసిన చెర్రీ ముక్కలు పరచాలి. దానిపైన నిదానంగా ముక్కలు కదలకుండా పిండి మిశ్రమాన్ని పోయాలి. దీనిని 40 నిమిషాలు బేక్ చెయ్యాలి. (375 ఫారన్‌హీట్) చల్లారిన తర్వాత ఒక పళ్ళెంలోకి బోర్లించాలి. అప్పుడు చెర్రీ అనాస ముక్కలు పైకి కనపడతాయి. పంచదార కరిగి పైన అంతా మెరుస్తూ కనబడుతుంది. చూడటానికి బాగుండే ఈ కేక్ చాలా రుచిగా ఉంటుంది.

ఐస్‌డ్ టీ

కావలసిన పదార్ధములు

టిపొడి	:	2 చెంచాలు
నిమ్మకాయ	:	2 చెంచాలు
నీరు	:	2 గ్లాసులు
సన్నని నిమ్మబద్దలు	:	8
పుదీనా	:	2 చెంచాల ఆకు
ఐస్‌క్యూబ్స్	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా గిన్నెలో నీటిని పోసి మరగించాలి. మరుగుతున్న నీటిలో టీపోడి ఉడికించి దించి పక్కన పెట్టాలి. కొద్ది సేపటికి డికాషన్ పైన తేరుతుంది. దాంట్లో పంచదార, పాలు కలపాలి. చల్లారిన టీలో నిమ్మరసంవేసి బాగా కలిపి ఆ టీని గ్లాసుల్లో పోసి పైన పుదీనా ఆకులు, నిమ్మబద్దలు, ఐస్‌క్యూబ్స్ వేసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

వెరైటీ చెర్రీస్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

చెర్రీస్	:	125 గ్రాములు
మైదా	:	1/2 కప్పు
బేకింగ్ పౌడర్	:	1/4 చెంచా
వెన్న	:	3 చెంచాలు
ఐసింగ్ షుగర్	:	75 గ్రాములు
ఉప్పు	:	చిటికెడు
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	1/4 డబ్బా
స్ట్రాబెర్రీ ఎసెన్స్,		
ఎర్రమిఠాయి రంగు,		
సోడాబైకార్బొనేట్లు	:	అన్నీ 1/4 చెంచా
వేడినీళ్ళు	:	3/4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

కండెన్స్‌డ్ మిల్క్, కరిగించిన వెన్న, ఎసెన్సు, నీరు అన్నీ కలిపి బాగా గిలకొట్టాలి. ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడర్, సోడా బైకొర్బొనేట్, మైదా బాగా కలిపి దాంట్లో గిలకొట్టిన మిశ్రమం, చెర్రీ పండ్ల ముక్కలు వేసి కలిపి కేక్ డబ్బాలో బ్రౌన్ పేపరులో 1 సెం.మీ. మందంలో పోసి 350 డిగ్రీల వేడి మీద ఓవెన్ బేక్ చేయాలి. ఐసింగ్ షుగర్, ఎర్రటి మిఠాయి రంగు వేసి వేడినీళ్ళతో కలిపి బాగా మృదువుగా పేస్ట్‌లా చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని అలాగే బేక్ చేసి తీసిన దానిమీద పోసి చెర్రీస్‌తో అలంకరించాలి.

స్ట్రాబెర్రీ సాస్

కావలసిన పదార్థములు

స్ట్రాబెర్రీస్	:	1/2 టిన్ను
ఐసింగ్ షుగర్	:	3 చెంచాలు
నిమ్మరసం	:	3 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ఆ స్ట్రాబెర్రీస్‌కు మిక్సీలో వేసిమెత్తగా చెయ్యాలి. తరువాత తీసి ఈ ప్యూరీకి నిమ్మరసం, ఐసింగ్ షుగర్ కలిపి బాగా మిక్స్ చేసి సర్వింగ్ అప్పుడు ఐస్‌క్రీం మీద పోసి సర్వ్ చెయ్యాలి. స్ట్రాబెర్రీస్ టిన్‌లోవి కాకపోయినా ఫ్రెష్‌గా వున్నవి అయినా తయారీకి తీసుకోవచ్చు

ప్లమ్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	125 గ్రాములు
పాలు	:	1కప్పు
పంచదార	:	125 గ్రాములు
బాదంపప్పు, ఛెర్రీస్, కిస్‌మిస్	:	300 గ్రాములు (సన్నగా కట్ చేయాలి)
బేకింగ్ పౌడర్	:	1 చెంచా
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	1/4 డబ్బా
వెన్న	:	60 గ్రాములు
ఉప్పు	:	1/4 చెంచా
సోడా బైకార్బొనేట్	:	1/2 చెంచా
కారమిల్ సిరప్	:	1/4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండి, బేకింగ్ పౌడర్, సోడా, ఉప్పుమొత్తం కలిపి జల్లించాలి. వెన్న పంచదార కలిపి దానిని మైదాపిండి మిశ్రమానికి కలపాలి. తర్వాత కండెన్స్‌డ్ మిల్క్, కారమిల్ సిరప్, పాలు, బాదంపప్పు, ఛెర్రీస్, కిస్‌మిస్ అన్నీ కలిపి పేస్టులా తయారుచేసి కోకో టిన్‌లో బ్రౌన్ పేపరు పెట్టి ఈ మిశ్రమాన్ని అందులో పోసి ఓవెన్‌లో పెట్టి అరగంట బేక్ చెయ్యాలి.

మిక్స్‌డ్ ఫ్రూట్స్ షర్బత్

కావలసిన పదార్థములు

పంచదార	:	1కిలో
సిట్రిక్ యాసిడ్	:	1/2 చెంచా

మిఠాయిరంగు	:	1/2 చెంచా
లెమన్ ఎసెన్సు	:	1/4చెంచా
పైనాపిల్ ఎసెన్సు	:	1/4 చెంచా
ఆరెంజ్ ఎసెన్సు	:	1/4 చెంచా
స్ట్రాబెర్రీ ఎసెన్సు	:	1/4 చెంచా
రాస్‌బెర్రీ ఎసెన్సు	:	1/4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా ఒక మందపాటి ప్యాన్‌లో పంచదారపోసి దానికి అరలీటరు నీరు కలిపి సన్నని మంట మీద గరిటతో కలుపుతూ ఉడికించాలి. తీగపాకం వచ్చిన తరువాత సిట్రిక్ యాసిడ్ కలిపి దించి చల్లార్చాలి. చల్లారిన పాకాన్ని పల్చటి క్లాత్‌లో వడకట్టి ఆ పాకంలో అన్ని రకాల ఎసెన్సులు, కలర్ వేసి బాగా కలపాలి. పొడిగా వున్న సీసాలో పోసి నిల్వ వుంచుకోవాలి. ఒక గ్లాసు చల్లటి నీటిలో 3 చెంచాల పాకం అన్ని రకాల ఎసెన్సులు, కలర్ వేసి బాగా కలపాలి. పొడిగా వున్న సీసాలో పోసి నిల్వ వుంచుకోవాలి. ఒక గ్లాసు చల్లటి నీటిలో3చెంచాల పాకం, 1 ఐస్‌క్యూబ్ వేసి బాగా కలిపి కూల్‌గా సర్వ్‌చెయ్యాలి.

బనానా పైనాపిల్ జ్యూస్

కావలసిన పదార్థములు

అరటిపండ్లు	:	(మగ్గినవి) 2
పైనాపిల్ జ్యూస్	:	1/2 కప్పు,
మరిగిన పాలు	:	1 కప్పు
నిమ్మరసం	:	1కాయది
ఉప్పు	:	చిటికెడు,
పంచదార	:	2చెంచాలు,
ఐస్‌క్యూబ్స్	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా అరటిపండు తొక్కుతీసి పండును చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్‌చేసి ఆ ముక్కల్ని బాగా మెదిపి గుజ్జులా చేసి పక్కన వుంచాలి.ఒక బౌల్‌లో పాలు చల్లారినవి, పైనాపిల్ జ్యూస్, ఉప్పు, నిమ్మరసం వేసి బాగా మిక్స్ చేసి ఉంచాలి.అరటి గుజ్జు,

పాల మిశ్రమం, ఐస్‌క్యూబ్ జ్యూసర్‌లో వేసి ఆన్ చేసి తీయాలి. పైకి నురుగులా వచ్చిన జ్యూస్‌ను గ్లాసులో పోసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

గోల్డ్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు :

మైదా	:	4 కప్పులు
వెన్న	:	1కప్పు
పంచదారపొడి	:	2కప్పులు
పాలు	:	1 1/2 కప్పు
వెనీల్లా ఎసెన్సు	:	2 చెంచాలు
బేకింగ్ పౌడర్	:	4 చెంచాలు
కోడిగుడ్లు	:	ఐదు
ఉప్పు	:	1 1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

మైదా, బేకింగ్ పౌడరు, ఉప్పు ఒక బేసిన్‌లో పోసి కలిపి జల్లించి ఉంచాలి. వెన్న, పంచదార బాగా కలిపి ఉంచాలి. సగం పాలలో గుడ్లలలోని పచ్చసొనని మాత్రమే వేసి బాగా గిలకొట్టి కలిసిన తర్వాత దీనిని వెన్న మిశ్రమంలోపోసి కలిపి దాంట్లో కొంచెం కొంచెం మైదా పోస్తూ బీట్ చేయాలి. దీనికి వెనీలా ఎస్సెన్సు వేసి బాగా బీట్ చేసి కేక్ గిన్నెలో పోసి ఉడికించాలి. గోల్డ్ కలర్‌లోకి వచ్చేంతవరకు ఉడికించి దించాలి.

చెర్రీ జామ్

కావలసిన పదార్థములు :

ఛెర్రీస్	:	1/2 కిలో
పంచదార	:	350 గ్రాములు
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	1/4 స్పూను
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

చెర్రీస్ గింజలు అన్నీ తీసి గుజ్జు చేయాలి. ఆ గుజ్జుకి సిట్రిక్ యాసిడ్, పంచదార కొంచెం నీరు పోసి స్టవ్ మీద ఉడికించి జామ్ తయారయిన తర్వాత పొడి సీసాలో పోసి ఆరనిచ్చి భద్రపరచాలి.

ఐస్‌ఫ్రూట్

కావలసిన పదార్థాలు :

అరటిపండ్లు	:	4
మామిడిపండ్లు	:	4
యాపిల్‌పండ్లు	:	2
పంచదార	:	200 గ్రా
పాలు	:	1 లీటర్
క్రీమ్	:	1 కప్పు
ఎసెన్స్	:	1 టీ స్పూన్
గింజలుతీసిన ద్రాక్ష	:	1/4కేజీ

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా పండ్లను ఉడికించి మిక్సీలోవేసి గుజ్జు తీసి ఉంచుకోవాలి. పాలు మరిగించి చల్లారిన తరువాత అందులో పళ్ళగుజ్జు, క్రీమ్, పంచదార, ఎసెన్స్ వేసి బాగా కలిపి ఎయిర్‌టైట్ కంటైనర్‌లో పోసి డీప్ ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి. బాగా గట్టిపడ్డాక కప్పులో వేసి సర్వ్ చెయ్యండి. సర్వ్ చేసే ముందు కొద్దిగా చెర్రీ ముక్కలు డ్రైఫ్రూట్స్ ముక్కలు వేసి అలంకరించి సర్వ్ చెయ్యండి.

వెనీల్లా, ద్రాక్ష జ్యూస్

కావలసిన పదార్థములు

ద్రాక్ష(పచ్చివి)	:	6కప్పులు
పంచదార	:	3చెంచాలు
వెనీలా ఐస్‌క్రీం	:	3కప్పులు
ఐస్‌క్యూబ్	:	1 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

పైన తీసుకున్న అన్నింటిని మిక్సీలో వేసి గ్రైండ్ చెయ్యాలి. తరువాత గ్లాసుల్లో పోసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.,

క్రీమ్ కోకో చాక్లెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

పంచదార	:	250 గ్రా
కోకోపౌడర్	:	10 గ్రా
క్రీము	:	1లీటరు
బియ్యంపిండి	:	1కిలో

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా బియ్యంపిండిని వేడినీళ్ళలో పోసి గట్టిగా ముద్దలాగా కలపాలి. తరువాత ఆ పిండి ముద్దని క్రీము, కోకోపౌడర్, పంచదార పౌడర్ అన్నింటినీ కలిపి మిక్సీలో వేసుకుని మెత్తగా చేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమంని పళ్ళెంలో పోసి ముప్పావు అంగుళం మందం ఉండేట్లుగా సమానంగా తట్టాలి. కొద్దిగా ఆరిన తరువాత చాకుతో చిన్న చిన్న ముక్కలుగా చదరపు ఆకారపు బిళ్ళల్ని కోసుకోవాలి. బాగా ఆరనిచ్చి రంగుకాగితంలో చుట్టితే కోకో చాక్లెట్లు తయారైనట్లే. ఈ చాక్లెట్లు రుచితో పాటు పుష్టికరమైన ఆహారం.

ఎగ్‌తో స్పాంజ్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	1కప్పు
కోడిగుడ్లు	:	నాలుగు
పంచదార	:	1కప్పు
నీళ్ళు	:	1/4 కప్పు
క్రీమ్ ఆఫ్ టార్ టార్	:	1/2కప్పు
బేకింగ్ పౌడర్	:	1/4 చెంచా
ఉప్పు	:	చిటికెడు,
వెన్న	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా మైదా, ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడరు కలిపి జల్లించి ఉంచాలి. ఒక గిన్నెలో వెన్న, పంచదార కలిపి పేస్టులా చెయ్యాలి. ఒక గిన్నెలో గుడ్లు కొట్టి వేసి ఎగ్ బీటర్‌తో బాగా గిలకొట్టాలి. దీన్ని వెన్న మిశ్రమంలో కొద్ది కొద్దిగా పోస్తూ బాగా కలిపి దీనికి వెనీలా ఎసెన్స్ కూడా చేర్చి బాగా కలియబెట్టాలి. ఇప్పుడు దీంట్లో జల్లించిన మైదా వేసి కలిపాలి. మరీ గట్టిగా కాకుండా కాస్త పలుచగా ఉండాలి. కావాలంటే కొద్దిగా పాలు పోయాలి. కేక్ పాత్రలో నెయ్యి, రాసి ఈ మిశ్రమాన్ని పోసి 40 నిమషాలు 38 డిగ్రీల ఫారెన్‌హీట్‌లో బేక్ చేయాలి. తయారయిన తర్వాత చల్లారనిచ్చి కావలసిన షేప్‌లో ముక్కలు కోసుకోవచ్చు.

బొప్పాయి జామ్

కావలసిన పదార్థములు

బొప్పాయి పండు	:	1/2 కిలో
పంచదార	:	1కిలో
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	1/2 చెంచా
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

బొప్పాయికి చెక్కుతీసి గింజలు తీసి తురిమి ఉంచి దాన్ని బాండీలో పోసి సన్నని మంట మీద మూతపెట్టి ఉడికించాలి. నీరు వచ్చి మెత్తగా ఉడికిన తర్వాత పంచదార పోసి మూతపెట్టి ఉడికించాలి. 5 నిమిషాల తర్వాత మూత తీసి మాడకుండా అట్లకాడతో కలుపుతూ జామ్‌ను ఉడికించి ముద్దగా అయిన తర్వాత సిట్రిక్ యాసిడ్, ప్రిజర్వేటివ్ వేసి బాటిల్‌లో పోసి చల్లార్చాలి.

ఇదే విధంగా పైనాపిల్ చేసుకోవచ్చు.

కోకోనట్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

కొబ్బరికోరు	:	150 గ్రాములు
వెన్న	:	3/4 కప్పు

మైదా	:	2 కప్పులు
ఛెర్రీస్	:	1కప్పు
తినే సోడా	:	1/2 కప్పు
పంచదార	:	తగినంత
పాలు	:	1/2 కప్పు
పసుపురంగు	:	1/2 చెంచా
వెనీలా ఎసెన్సు	:	1 చెంచా
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	1/2 డబ్బా

తయారుచేయు విధానం :

మిఠాయిరంగు, ఎసెన్స్, కండెన్స్ మిల్క్, పాలు, వెన్న కరిగించినది మొత్తం బాగా కలిపి గిలకొట్టుకోవాలి. మైదా జల్లించి దానికి బేకింగ్ పౌడర్, పంచదార, 50 గ్రాముల కొబ్బరితురుము, సోడా కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని పాలల్లో కలపాలి. దీనికి ఛెర్రీస్, రంగు, కలిపి బేక్ పెట్టెలో పోసి బేక్ చేసి చల్లారిన తర్వాత పైన జామ్ రాసి మిగిలిన కొబ్బరిని వేపి దానిమీద చల్లాలి.

కర్బూజ్ జ్యూస్

కావలసిన పదార్థములు

పండిన కర్బూజా ముక్కలు	:	2 కప్పులు
పాలు	:	1 కప్పు
క్రీం	:	2 చెంచాలు
పంచదార	:	1/4కప్పు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బాగా పండిన కర్బూజ్ ముక్కలు తీసుకోవాలి. పాలుకాచి చల్లార్చి ఫ్రిజ్‌లో చల్లబడనివ్వాలి. సర్వ్ చేసే ముందు జ్యూసర్‌లో కర్బూజా ముక్కలు, పాలు, పంచదార, ఐస్‌క్యూబ్స్ అరకప్పు వేసి మెత్తగా జ్యూస్ చేసుకోవాలి. ఆ జ్యూస్ నురగగా వచ్చిన తరువాత గ్లాసుల్లో పోసి పైన క్రీం వేసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి. ఈ జ్యూస్ వేసివిలో మాత్రమే తయారుచేసుకోగం. అప్పుడు మాత్రమే కర్బూజా పండు మనకి దొరుకుతుంది. ఇలా జ్యూస్ లాగా కాకుండా కర్బూజా పండును చెక్కు తీసి సన్నగా

ముక్కలు కట్ చేసి వాటి మీద సరిపడ పంచదార చల్లి ఫ్రిజ్‌లో ఒక గంటపాటు వుంచాలి. తరువాత తీసి బౌల్స్‌లో పెట్టి ఫోర్క్‌తో సర్వ్ చెయ్యాలి. తీపిగా, చల్లగా వుండే ఇవి పిల్లలు బాగా ఇష్టపడతారు.

మామిడితో స్క్వాష్

కావలసిన పదార్థములు

తియ్యటి మామిడి పండ్ల గుజ్జు	:	4 కప్పులు
పంచదార	:	1కిలో
నీరు	:	7కప్పులు
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	20గ్రా
పోటాషియం మెటాబై సల్ఫేట్	:	3/4 చెంచా

తయారుచేయువిధానం

ముందుగా మామిడి పండ్లగుజ్జును పీచులేకుండా ఉండేలా వడకట్టి ఉంచాలి. ఒక మందపాటి గిన్నెలో పంచదార, నీరు, మామిడిగుజ్జు వేసి బాగా కలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి ఉడికించాలి. చిక్కగా అయిన తరువాత దించాలి. పొటాషియం మోటా బైసల్ఫేట్‌ను కొంచెం వేడి నీళ్ళలో వేసి కలిపి ఆ నీటిని గుజ్జులో కలపాలి. మళ్ళీ గుజ్జును కొంచెం పల్చగా చేసి పొయ్యిమీద పెట్టి మరో అయిదు నిమిషాలు ఉడికించాలి. తరువాత దించి బాగా చల్లార్చాలి. చల్లారిన స్క్వాష్‌ను బాగా పొడిగా ఉన్న సీసాల్లో పోసి వాడుకోవాలి. ముప్పావుగ్లాసు నీటిలో మామిడి స్క్వాష్ పావుగ్లాసు, ఐస్‌క్యూబ్ జ్యూసర్‌లో వేసి తీసి గ్లాసులో పోసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి. లేదా ఒక చెంచాతో బాగా కలిపి సర్వ్ చేయాలి. స్క్వాష్‌ను ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి నిల్వ చేసుకోవాలి.

బాదం మిల్క్

కావలసిన పదార్థములు

బాదంపప్పు	:	10
పంచదార:		తీపికి సరిపడా
పాలు	:	2 గ్లాసులు
యాలకులపొడి	:	1/4 చెంచా
రోజ్‌వాటర్	:	20 చుక్కలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బాదంపప్పును కొద్దిగా పాలలో ఒక రాత్రంతా నానపెట్టి వుంచాలి.మరుసటి రోజు వాటి పైన పొట్టు తీసి చాలా సన్నని పీసెస్‌గా కట్ చేసి ఉంచాలి లేదా మిక్సీలో వేసి బరగ్గా చేయాలి.గిన్నెలో పాలు, పంచదార, బాదంపప్పు ముక్కలు వేసి కాగపెట్టాలి. పాలు చిక్కబడిన తరువాత యాలకులపొడి వేసి కలిపి దించి చల్లార్చి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి. సర్వ్ చేసే ముందు గ్లాసులో ఐస్‌ముక్కలు వేసి పైన బాదం మిల్క్ పోసి రోజ్‌వాటర్ చల్లి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి..

అచి ఫ్రూటీ జ్యూస్

కావలసిన పదార్థములు

అచిపండ్లు : 1/4కిలో
పంచదార: 1/4 కప్పు
చల్లటి నీళ్ళు : 1/2 గ్లాసు
నిమ్మరసం : 1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా అచిపండ్లు తోలు తీసి వాటి మధ్యలో ఉన్న విత్తనాలను కూడా తీసి వేయాలి. ఈ గుజ్జును జ్యూసర్‌లో వేసి పంచదార, నీళ్ళు, నిమ్మరసం, జత చేసి జ్యూసర్ ఆన్ చేసి 2 నిమిషాలు ఉంచాలి.తరువాత ఈ జ్యూస్‌ను గ్లాసుల్లో పోసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి. ఈ అచి పండ్లు ఎక్కువగా కొండ ప్రాంతాలలో దొరుకుతాయి. వీటి ఖరీదు కూడా కాస్త ఎక్కువే.

బాదం కేక్

కావలసిన పదార్థములు

బాదంపప్పు : 150 గ్రాములు
మైదా : 2 కప్పులు
పాలు : 2 కప్పులు
వెన్న : 1/2 కప్పు
పసుపు రంగు,

అల్మండ్ ఎసెన్స్	:	1/2 చెంచా
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	4 చెంచాలు
సోడా బై కార్బొనేట్	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	1/2 చెంచా
నిమ్మ ఎసెన్స్	:	1 చెంచా
బేకింగ్ పౌడర్	:	2 చెంచాలు
ఐసింగ్ షుగర్	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

కండెన్స్‌డ్ మిల్క్ ఎసెన్స్‌లు, పసుపురంగు, కరిగించి వెన్న వేసి బాగా గిలకొట్టాలి. వీటికి మైదా, బేకింగ్ పౌడర్, ఉప్పు, సోడా, బాదంపప్పు ముక్కలు వేసి బాగా కలిపి కేక్ ఓవెన్‌కి నెయ్యి రాసి ఈ మిశ్రమాన్ని పోసి వేడి చేసి చల్లారిన తర్వాత కేక్‌ను ఐసింగ్ షుగర్ చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి.

కోల్డ్ కాఫీ

కావలసిన పదార్థములు

చిక్కటి పాలు	:	3 కప్పులు
ఇన్‌స్టంట్ కాఫీ పొడి	:	1 చెంచా
మీగడ	:	3/4 కప్పు
పంచదార	:	6 చెంచాలు
నీరు	:	3/4 కప్పు
ఐస్‌క్యూబ్స్	:	9 లేక 10

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పాలు కాచి చల్లార్చి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి ఉంచాలి. మీగడపైకి కట్టి వుంటుంది. ఈ మీగడతో ఉన్న పాలు, పంచదార, కాఫీపొడిని బాగా కలిపి జ్యూసర్‌లో వేసి ఆన్ చెయ్యాలి. నురగగా వచ్చేంత వరకు ఉంచి ఆఫ్ చెయ్యాలి. మీగడ ఇష్టపడేవారు 3/4 కప్పు మీగడ కూడా జ్యూసర్‌లో వేసుకోవాలి. ఈ కోల్డ్ కాఫీని కప్పుల్లో మూడు లేదా రెండు ఐస్‌క్యూబ్స్ వేసి చల్లగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

పిజ్జా బన్స్

సాయంకాలం టిఫిన్‌కి, ఆహ్లాదంగా ఉంటాయి. ఈ పిజ్జా బన్స్, యాభై, అరవై ఇచ్చి రెస్టారెంట్స్‌లో ఆర్డర్ ఇచ్చి తీసుకోవటమే కాదు, స్వయంగా చేసి వడ్డించండి. మీ పాక కళా నైపుణ్యానికి అందరూ ఆశ్చర్యచకితులవ్వాల్సిందే.

కావలసిన పదార్థములు :

పిజ్జా బన్స్	:	4
టొమోటోలు	:	300గ్రాములు
మష్రూమ్ పనీర్	:	200గ్రాములు
చీజ్	:	100గ్రాములు
వెల్లుల్లి	:	50 గ్రాములు
కొత్తిమీర	:	2 కట్టలు
నెయ్యి	:	100 గ్రాములు
ఆయిల్	:	100గ్రాములు
క్యాప్సికమ్ (బెంగుళూర్ మిరపకాయలు)		200 గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	100 గ్రాములు
ఉప్పు	:	తగినంత
మిరియాలపొడి	:	1 టీ స్పూన్

మీ ఫ్రెండ్స్‌కి, మీ కుటుంబానికి సరిపోయే ఈ పిజ్జా తయారీ విధానం చూద్దాం. మీ వరకే అయితే పైన అన్నీ సగం తీసుకొని చేయండి.

తయారుచేయు విధానం

సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు, వెల్లుల్లి, ముక్కలు వేయించండి. అందులోనే బెంగుళూర్ మిరపకాయ వేసి తురిమిన పన్నీరు వేసి ఉడికించండి. ఆపై 1/4 కప్పు టొమాటో ప్యూరీ (టొమోటోలను క్రింద భాగంలో రెండు గాట్లు, పెట్టి మరిగించండి. చల్లని నీటిలో వేసి టొమోటో పై పొరని తీసి కోసి సిద్ధం చేసుకోండి) వేయండి. ఆపై మిరియాల పొడి, ఉప్పు, కొత్తిమీర చల్లి ఉడికించండి. అదే పిజ్జా కూర.....

పిజ్జా బన్స్ తీసుకొని వెన్న రాయండి. వాటిపై పిజ్జా కూర పూసి, దానిపైన అందంగా చక్రల్లాగా కట్ చేసిన టొమోటాలను బెంగుళూర్ మిరపకాయలను అమర్చండి. దానిపై చీజ్ ముక్కని తురిమి దాన్ని పిజ్జా ఓవెన్‌లో ఉంచండి. (5 నిమిషాలు / 6 నిమిషాలు) మీ ఇంట్లో ఓవెన్ లేకపోతే ఓ గిన్నె తీసుకోండి. అందులో పిజ్జా, బన్స్ పెట్టి, పైన మూతపెట్టి ఆపైన వేడి వేడి నిప్పులు పోయండి. ఇక పైనున్న చీజ్ కరిగి పిజ్జాకి పడుతుంది. పది నిమిషాలాగి చూడండి కమ్మటి, చక్కటి పిజ్జా రెడీ ....!

నిమ్మ షరబత్

కావలసిన పదార్థములు

నిమ్మరసం	:	2 గ్లాసులు
పంచదార	:	4 గ్లాసులు
నీరు	:	1గ్లాసు
పొటాషియం మెటా బైసల్ఫేట్		1/2 చెంచా
సిట్రిక్‌యాసిడ్	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పెద్దవి, పండుగా ఉన్న నిమ్మకాయలు తీసుకుని రసం తీసుకోవాలి. ఈరసంను పల్చటి క్లాత్‌లో వడగట్టాలి. ముందుగా ఒక గిన్నెలో పంచదార, నీరు పోసి బాగాకలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి ఉడికించాలి. రసం ఉడికి తీసి పాకం వచ్చేంత వరకు ఉంచాలి. పాకం వచ్చిన తరువాత వడగట్టిన నిమ్మరసం, ఉప్పువేసి అరనిమిషం కలిపి దించాలి. ఈపాకంను బాగా చల్లారనివ్వాలి. ఇష్టమైతే కొద్దిగా కలర్, వేడిగా వున్నపుడు కలుపుకోవాలి. సువాసన కోసం బాగా నూరి జల్లించిన యాలకులపొడి లేదా స్పెన్సర్ ఎసెన్సు సరిపడ వేసి కలపాలి. బాగా చల్లారిన తరువాత పొడిగా ఉన్న సీసాల్లో పోసి నిల్వ వుంచుకోవాలి. 1 గ్లాసు ఐస్ వాటర్‌లో 3 చెంచాల రసం, ఒక ఐస్‌క్యూబ్‌వేసి బాగా కలిపి కూల్‌గా సర్వ్ చేయ్యాలి.

రాగి జావ

కావలసిన పదార్థములు

వేపిన రాగులు	:	150 గ్రా
వేపిన పెసరపప్పు	:	40గ్రా

వేపి పొట్టు తీసిన వేరుశనగలు:		20గ్రా
వేపిన నువ్వులు	:	10 గ్రా
బెల్లం	:	60 గ్రా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా రాగులను ఒక రోజు రాత్రి పూట నీటిలో నానబెట్టాలి. ఉదయం వాటిని కడిగి నీరంతా వొంపి వాటిని తడిగుడ్డలో వేసి ఉంచాలి.ఇలా చేయడం వల్ల నానిన రాగులు మొలకెత్తుతాయి. తరువాత రాగులను పేపర్ లేదా పళ్ళెంలో పలుచగా పరచి ఎండబెట్టాలి. ఎండబెట్టిన రాగులను ఖాళీ బాండీలో సన్నని మంటమీద చక్కటి కమ్మనివాసన వచ్చేంత వరకు వేపాలి. వేగిన వీటిని చల్లార్చి మెత్తగా పిండి తయారు చేసుకోవాలి. తరువాత వేపిన పెసరపప్పు, వేరుశనగలు, నువ్వులను కూడా విడి విడిగా మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. వీటిని అన్నింటిని రాగుల పిండికి జత చేసి బాగా కలిపి శుభ్రంగా కడిగి బాగా ఆరిన డబ్బాలో పోసి నిల్వ ఉంచుకోవాలి. రెండు గ్లాసుల నీటిని ఉడుకురానిచ్చి 2 చెంచాల రాగుల పిండిని జావగా చేసి జత చేయాలి. దానికి బెల్లం తురుము రెండు చెంచాలు వేసి జావగా అవగానే దించి చల్లార్చి సర్వ్ చేయాలి.

కోకోనట్ జ్యూస్

కావలసినవి పదార్థములు

కొబ్బరిబోండాలు	:	2
పంచదార పొడి	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా కొబ్బరి బోండాలకి రంధ్రం చేసి నీటిని వంచి ఒక గిన్నెలో పోసి ఆ గిన్నె ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి.కొబ్బరి బోండాంలో ఉన్న లేత కొబ్బరిని తీసి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా గ్రైండ్ చెయ్యాలి. ఒక గ్లాసు చల్లటి కొబ్బరి నీరు, మిక్సీ చేసిన పేస్ట్ పంచదార పొడి వేసి కలిపి కూల్‌గా సర్వ్ చేయాలి. ఈ డ్రింక్ ఎండాకాలంలో చేసుకుంటే బాగుంటుంది. పిల్లలకి, పెద్దలకి ఆరోగ్యకరమైన నాచురల్ డ్రింక్ ఇది.

ఆల్ సీజన్ కీర సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు

కీరదోస	:	1
పుదీనాఆకులు	:	1/2 కప్పు
తులసి ఆకులు	:	1/4 కప్పు
నిమ్మరసం	:	3 చెంచాలు
ఆమ్‌చూర్‌పొడి	:	చిటికెడు
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
ఎండుమిర్చి	:	1

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా కీరదోస చెక్కు తీసి సన్నని చక్రాల్లాగా ముక్కలు కట్ చేయాలి. ఎండుమిర్చి చాలా సన్నగా కట్ చేసి ఉంచాలి. నిమ్మకాయ పిండి రసం తీసి ఉంచాలి. పుదీనా, తులసి ఆకులను శుభ్రంగా కడిగా సన్నగా కట్‌చేసి ఉంచాలి. ఒక బౌల్‌లో కీర, పుదీనా, తులసి, ఎండుమిర్చి వేసి కలపాలి. తరువాత వీటికి ఉప్పు, ఆమ్‌చూర్‌పొడి, మిరియాలపొడి, నిమ్మరసం జతచేసి ముక్కలకి బాగా పట్టించాలి. సలాడ్ ప్లేట్‌లో ఈ మిశ్రమాన్ని పెట్టి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా షర్బత్

కావలసిన పదార్థములు

టమాటా రసం	:	1గ్లాసు
పంచదార	:	1గ్లాసు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా టమాటాలను కడిగి వాటిని జ్యూసర్‌లో వేసి రసం చేసుకోవాలి.ఆ రసాన్ని పల్చటి గుడ్డలో వేసి వడకట్టాలి. ఒక గిన్నెలో పంచదార, అరగ్లాసు నీరు పోసి కలుపుతూ ఉడికించాలి.పంచదార కరిగి తీగ పాకం వచ్చేంత వరకు ఉడికించాలి. తీగపాకం వచ్చిన తరువాత వడగట్టిన టమాటా రసం పోసి కలబెట్టి ఒక నిమిషం ఉడికించి దించాలి.చల్లారిన టమాటా రసం పొడిగా వున్న

సీసాలో పోసి భద్రపరచాలి. సర్వ్ చేసేటప్పుడు 1 గ్లాసు చల్లటి నీటిలో 2 చెంచాల షర్బత్,2 ఐస్ క్యూబ్స్ వేసి బాగా కలిపి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

స్ట్రాబెర్రి పుడ్డింగ్

కావలసిన పదార్థములు

స్ట్రాబెర్రీస్	:	1 చిన్నటిన్
పాలు	:	1 గ్లాసు
మ్యూరీ బిస్కెట్	:	12
క్రీం	:	2 కప్పులు
కస్టర్డ్ పౌడర్	:	5 చెంచాలు
పంచదార	:	1 కప్పు
స్ట్రాబెర్రీ జెల్లీ	:	1 ప్యాకెట్
వెనిల్లా ఎసెన్సు	:	1 చెంచా
పంచదార పొడి	:	3 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బౌల్‌లో పాలు పోయాలి.దాంట్లో కస్టర్డ్ పౌడర్, పంచదార వేసి మిశ్రమం తయారు చేసుకోవాలి.దానికి వెనిల్లా ఎసెన్సు కూడా కలిపి బాగా చల్లార్చి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబరచాలి.స్ట్రాబెర్రీస్ సన్నగా కట్‌చేసి ఉంచుకోవాలి.ప్యాకెట్‌మీద ఇన్‌స్ట్రక్షన్ ప్రకారం జెల్లీ తయారుచేసుకోవాలి.క్రీం, పంచదార కలిపి బాగా గిలకొట్టాలి.ఈ మిశ్రమాన్ని కస్టర్డ్ మిశ్రమంలో కలిపి వుంచాలి.ఒక ట్రాన్సపరెంట్ బౌల్ తీసుకుని ముందు కస్టర్ మిశ్రమాన్ని సగం పోయాలి.దాని మీద సగం జెల్లీ పోయాలి.బిస్కెట్‌ను టిన్‌లో వున్న రసంలో ముంచి తీయాలి.వాటిని బౌల్‌లోని జెల్లీ మీద పరచాలి.వాటి మీద స్ట్రాబెర్రీ పీసెస్‌ను వేయాలి.

దానిమీద కస్టర్డ్ మిశ్రమం పోయాలి.పైన గిలకొట్టిన క్రీం వేసి దాని మీద స్ట్రాబెర్రీస్ పీసెస్ వేసి సర్వ్ చేసేంతవరకు ఫ్రిజ్‌లో వుంచి సర్వ్ చెయ్యాలి.

స్వీట్ మైదా బిస్కెట్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	100గ్రాములు
నెయ్యి	:	250 గ్రాములు
పంచదార	:	300గ్రాములు
పెరుగు	:	100గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం :

మైదాని శుభ్రపరచి పెరుగుపోసి బాగా కలపాలి. కొంచెం నెయ్యి కూడా వేసి పూరీపిండి కన్నా గట్టిగా కలపాలి. ఒక గంట నానపెట్టి తర్వాత బాగా మర్దించి పిండిని ఉండలుగా చేసి 7 నుంచి 8 వరకు మడతలు వేస్తూ చపాతీల్లా వత్తాలి. చేసేటప్పుడు మడత మడతకి మధ్య వేలితో సమంగా నెయ్యి రాయాలి. తయారైన చపాతీలను మనకి కావలసిన సైజులో ఏదైనా రౌండ్‌గా ఉన్న మూతతో చపాతీ మీద పెట్టి కట్ చేయాలి. అలా మొత్తం కట్ చేసి నెయ్యిని బాండీలో పోసి కాగిన తరువాత ఈ కట్‌చేసిన ముక్కలను వేసి ఎర్రగా అయిన తరువాత తీయాలి. ఈ గిన్నెలో పంచదార, కొద్దిగా నీరు పోసి ముదురు పాకం వచ్చిన తరువాత గరిటతో తీసికొని వేపిన వాటి మీద పోయాలి. చల్లారిన తరువాత తింటే చాలా రుచిగా ఉంటాయి.

జామ్‌పుడ్డింగ్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	350గ్రా
పంచదార పొడి	:	100గ్రా
బటర్	:	100గ్రా
పంచదార	:	3 చెంచాలు
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	1 1/2 చెంచా
బేకింగ్ పౌడర్	:	2 చెంచాలు
జామ్	:	6 చెంచాలు
ఎగ్స్	:	2
నీరు	:	300 మి.లీ

తయారుచేయు విధానం

ఎగ్స్ పగలగొట్టి బౌల్‌లో మిశ్రమం వేసి దాన్ని ఫోర్క్‌తో బాగా బీట్ చెయ్యాలి. ఒక గ్రీజ్డ్ టిన్ను తీసుకుని అడుగు భాగం 3 చెంచాల జామ్‌తో సమానంగా వ్రాయాలి. ఒక బేసిన్ తీసుకుని దాంట్లో జల్లించిన మైదా, బేకింగ్ పౌడర్ పోయాలి. ఎగ్స్ మిశ్రమంకి పంచదార పొడి, బటర్ జతచేసి బాగా మిక్స్ చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మైదాపిండిలో పోసి బాగా కలిపి ముద్దగా చేసుకోవాలి. ఈ ముద్దని టిన్‌లో జామ్ మీద పరచి ఫాయిల్‌తో కవర్‌చేసి బేక్ చెయ్యాలి. లేదా ఆవిరి మీద 2 గంటల పాటు సన్నని మంటమీద ఉడికించాలి.

నువ్వుల బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

నువ్వు పప్పు	:	1/4 కేజి
బియ్యంపిండి	:	100గ్రా॥
బెల్లము	:	అరకిలో
కేజి మైదా	:	100 గ్రాములు
డాల్డ లేదా నెయ్యి	:	పావుకేజి

తయారుచేయు విధానం

మొదట నువ్వుపప్పును శుభ్రపరచి వేయించాలి. బెల్లాన్ని తరిగి గిన్నెలో పోసి కొంచెం నీరు పోసి తీగపాకం రానివ్వాలి. వచ్చిన తరువాత మైదాపిండి, నువ్వుపప్పు, బియ్యంపిండి పోసి ఉండలు కట్టకుండా బాగా కలపాలి. తరువాత చిన్న ఉండలుగా చేసికొని ఉంచాలి. బాండీలో నెయ్యి లేదా డాల్డాని పోసి కాగనిచ్చి ఈ ఉండలను బిళ్ళలుగా వత్తి నెయ్యిలో వేసి ఎర్రగా వేపి నిల్వ చెయ్యటమే. గాలి దూరటానికి అవకాశం లేని డబ్బాల్లో బ్లాటింగ్ పేపర్ వేసి అందులో నిల్వ వుంచండి. బిస్కెట్స్ కరకరలాడుతూ వుంటాయి.

నట్టి ఐస్‌క్రీమ్

కావలసిన పదార్థాలు :

పాలు	:	5 కప్పులు
బాదంపప్పులు	:	1 స్పూన్

యాలకులపొడి	:	అరస్పూన్
పంచదార	:	1/2 కప్పు
చిరంజి పప్పులు	:	1 స్పూన్
ఉప్పు	:	చిటికెడు
క్రీము	:	3 స్పూన్లు
కేసరిగుళికలు	:	1 స్పూన్
రోజ్‌వాటర్	:	1 స్పూన్

తయారుచేయు విధానం :

గిన్నెలో పాలుపోసి స్టవ్‌మీద పెట్టి సగం అయ్యే వరకూ మరగనివ్వాలి. రోజ్‌వాటర్‌లో కేసరిగుళికలు నానబెట్టాలి. పాలు మరిగాక తీసి యాలకులపొడి, చిరంజిపప్పులు, బాదంపప్పులు, ఉప్పు, పంచదార, క్రీం, కేసరిగుళికలు అన్నీ వేసి బాగా కలపాలి. తర్వాత గిలక్కొట్టి ఈ మిశ్రమాన్ని ఐస్‌క్రీమ్‌ట్రేలో పోసి ఫ్రీజర్‌లో పెట్టి గట్టిపడ్డాక తీసి మళ్ళీ గిలక్కొట్టి ఫ్రీజర్‌లో ఉంచి గట్టి పడ్డాక సర్వ్ చేయాలి.

మిక్స్‌డ్ జామ్

కావలసిన పదార్థములు

మామిడికాయ	:	ఒకటి
ఆపిల్	:	ఒకటి
అరటిపండు	:	ఒకటి
పంచదార	:	తగినంత
జామపండు	:	ఒకటి
టమోటాలు	:	రెండు
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయువిధానం

చెక్కుతీయవలసిన వాటికి చెక్కు తీసి అన్నింటిని ముక్కలు కోసి మునిగేంత వరకు నీరు పోసి ఉడికించి నీటిని వార్చి మెత్తగా గుజ్జు చేయాలి. ఆ గుజ్జుకి సరిపడ పంచదార పోసి సన్నని మంటమీద ఉడికించి సిట్రిక్ ఆసిడ్1/2 చెంచా వేసి చిక్కగా అయి జామ్ తయారయిన తర్వాత పొడి సీసాలో పోసి చల్లార్చి మూతపెట్టాలి.

బొప్పాయి, అరటికాయ పుడ్డింగ్

కావలసిన పదార్థములు

బొప్పాయి	:	2కప్పుల ముక్కలు
అరటిపండ్లు	:	రెండు
చైనా గ్రాస్	:	10 గ్రాములు
పంచదార	:	2 కప్పులు
స్ట్రాబెర్రీ ఎసెన్స్	:	4 చెంచాలు
నీళ్ళు	:	8 కప్పులు
పీచెస్	:	రెండు
ఎరుపురంగు	:	చిటికెడు
పాలమీగడ	:	2కప్పులు
నిమ్మరసం	:	2 చెంచాలు
వెనీలా ఎసెన్సు	:	1/2 చెంచాలు
ఛెర్రీస్	:	తగినన్ని

తయారుచేయు విధానం :

నీళ్ళలో చైనాగ్రాస్ గంటసేపు నాననివ్వాలి. పండ్లు సన్నగా కట్ చేసి ఉంచాలి. నీరు మరిగించి దాంట్లో చైనాగ్రాస్ వేసి కరగనిచ్చి పొయ్యి మీద నుంచి దింపి ఒక కప్పు పంచదార, స్ట్రాబెర్రీ ఎసెన్సు,ఎరుపురంగు వేసి కలపాలి. వెడల్పాటి బౌల్‌లో టిన్‌లోంచి పీసెస్, ఛెర్రీస్ పెట్టి వాటిమీద చైనాగ్రాస్ పోసి ఉంచాలి. మీగడలో మిగతా పంచదార, వెనీలా ఎసెన్స్, కట్ చేసిన పండ్ల ముక్కలు వేసి గిలకొట్టి వీటిని బౌల్‌లోని పీచెస్ మీద పోసి కొంచెం సేపు ఫ్రిజ్‌లో వుంచి చల్లగా అయిన తర్వాత సర్వ్ చేయాలి. మనుషులను బట్టి పదార్థాలను తగ్గించి చేసుకోవాలి.

పనస జామ్

కావలసిన పదార్థములు

పనసపండు గుజ్జు	:	1/2 కిలో
పంచదార	:	500 గ్రాములు
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	1/2 చెంచా
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

పనసపండు చిన్న ముక్కలు చేసి తగినంత నీరు పోసి మెత్తగా ఉడికించి దీనికి పంచదార, సిట్రిక్ ఆసిడ్ వేసి బాగా కల తిప్పుతూ ఉండాలి. మెత్తగా జామ్ తయారయిన తర్వాత పొడి సీసాలో పోసి చల్లార్చిన తర్వాత మూతపెట్టాలి.

మేంగో ఐస్‌క్రీమ్

కావలసిన పదార్థాలు :

మామిడిపండ్లు	:	4
నిమ్మరసం	:	2 చెంచాలు
పంచదార	:	10 చెంచాలు
పాలు	:	2 లీటర్లు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా మామిడి జ్యూస్ తయారుచేసి పంచదార, నిమ్మరసం కలిపి వుంచాలి. పాలు సగం అయ్యేంతవరకు మరగబెట్టి చల్లారినాక మాంగోజ్యూస్‌లోకలిపి ఫ్రిజ్‌లో వుంచాలి. గట్టిపడిన తర్వాత ఫోర్క్‌తో కలిపి మరలా ఫ్రిజ్‌లో వుంచి అవసరమయినపుడు సర్వ్ చెయ్యాలి.

ఆల్‌బకరా షర్బత్

కావలసిన పదార్థములు

ఆల్‌బకరా పండ్లు	:	పావుకిలో
పంచదార	:	1/4కిలో
రోజ్‌వాటర్	:	సరిపడ
నీరు	:	6 కప్పులు

తయారుచేయు విధానం

ముందు రోజు రాత్రి ఆల్‌బకరాలను శుభ్రం చేసి నీటిలో నానబెట్టాలి. మరుసటిరోజు పండ్లను నానబెట్టిన నీటిలో వేసి పొయ్యి మీద పెట్టి ఉడికించాలి. గుజ్జు బాగా మెత్తగా ఉడికిన తరువాత నీరంతా వార్చి ఆ గుజ్జులో పంచదార కలిపి బాగా కలబెట్టాలి.పంచదార కరిగిన తరువాత చల్లార్చి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి వుంచాలి.సర్వ్

చేసే ముందు గ్లాసు నీటిలో 3 చెంచా ఆల్‌బకరా మిశ్రమం వేసి కలిపి పోసి పైన రోజ్ వాటర్ చల్లి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

కోకోనట్ కారన్‌ఫ్లేక్ కుకీస్

కావలసిన పదార్ధములు

కారన్‌ఫ్లేక్	:	రెండు కప్పులు
బాదంపప్పు	:	అరకప్పు
కొబ్బరికోరు	:	ఒక కప్పు
గుడ్లు	:	రెండు
పంచదార పొడి	:	ఒక కప్పు
వెనీలా ఎసెన్సు	:	అర స్పూను.

తయారుచేయు విధానం :

గుడ్డులోని తెల్లసొన మాత్రమే తీసుకొని బాగా నురగవచ్చేలా బీట్ చేయాలి. పైన చెప్పినవన్నీ కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ఎగ్ షేక్‌లో కలిపి ఆ మిశ్రమంతో చిన్న బిస్కెట్స్ చేసి బేకింగ్ ట్రేలో నెయ్యి వ్రాసి వాటిని పెట్టి బేక్ చెయ్యాలి.

బటర్ స్కాచ్ ఐస్‌క్రీం

కావలసిన పదార్ధములు

పాలు	:	1 లీటరు
మిల్క్ పౌడర్	:	80గ్రా
పంచదార	:	180గ్రా
క్రీం	:	1 కప్పు
బటర్	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పాలు, మిల్క్ పౌడర్, పంచదార, క్రీం ఒక మందపాటి గిన్నెలో వేసి సన్నని మంట మీద గరిటతో కలుపుతూ ఉడికించాలి. చిక్కగా అయిన తరువాత పొయ్యి మీద నుంచి దించి ఆరనిచ్చి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబరచాలి. 150గ్రా పంచదారని గిన్నెలోవేసి కొంచెం నీరు పోసి పొయ్యి మీద పెట్టి సన్నమంట మీద ఉడికించాలి. పాకం వచ్చి ఉండకడుతున్నప్పుడు దానిలో బటర్ వేసి బాగా కలపాలి. తరువాత

ఫ్రిజ్‌లో పెట్టిన పాల మిశ్రమాన్ని పోసి ఉడుకు రానివ్వాలి. దించి ఆరనిచ్చి ఫ్రీజర్‌లో పెట్టాలి. గంట తరువాత తీసి బీట్ చేసి మళ్ళీ ఫ్రీజర్‌లో పెట్టాలి. గట్టి పడిన తరువాత స్పూన్‌తో తీసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

వెనిల్లా స్వీటు బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	1/4 కేజి
పంచదార	:	1/4 కేజి
బేకింగ్ పౌడర్	:	అర స్పూను
నెయ్యి	:	1/4 కేజి
వెనీల్లా ఎసెన్స్	:	1 స్పూను,
జీడిపప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

పంచదార గిన్నెలో పోసి వేడి చేసి నెయ్యి పోసి బాగా కలిపి దీనికి ఎసెన్సు, మైదా, బేకింగ్ పౌడర్ వేసి మెత్తగా అయ్యేటట్లు కలపాలి. చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసుకొని మందంగా నొక్కి వెడల్పు చేసి ఉంచాలి. వాటి మీద సన్నగా కట్ చేసిన జీడిపప్పు వేసి అది ఓవెన్ పెట్టి అరగంట బేక్ చెయ్యాలి.

కోకో ఆల్మండ్ బిస్కెట్

కావలసిన పదార్థములు

కోకో	:	మూడు చెంచాలు
బాదంపప్పు	:	అర కప్పు
మైదా	:	ఒక కప్పు
వెనీలా ఎసెన్స్	:	అర చెంచా
పంచదార పొడి	:	ఒక కప్పు
పాలు	:	పావు కప్పు
తినేసోడా	:	అర చెంచా
ఉప్పు	:	అర చెంచా
వెన్న	:	100గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం :

వెన్న, పంచదార, కలిపి గిలకొట్టి ఉంచాలి. అలానే పాలు, వెనీలా ఎసెన్స్ కలపాలి. జల్లించిన మైదాలో, సోడా, కోకో, ఉప్పు, వెన్న మిశ్రమము, పాలు మిశ్రమము కూడా వేసి బాగా కలపాలి. దీంట్లో సన్నగా కట్ చేసిన బాదంపప్పులు 3/4 వంతు వేసి కలిపి 1 సెం.మీ. మందంగా చపాతీలా ఒత్తుకొని రౌండుగా బిస్కెట్టులా కట్‌చేసుకొని వాటి మీద పాలు, బాదంపప్పు చల్లి ఓవెన్ 10 నిమిషాల అనంతరం తీసి ఆరిన తర్వాత నిల్వ ఉంచుకోవాలి.

ఖర్జూర బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

ఖర్జూరం	:	50గ్రాములు
బేకింగ్ పౌడర్	:	అర చెంచా
మైదా	:	100గ్రాములు
పంచదార పొడి	:	75 గ్రాములు
ఉప్పు	:	కొంచెం
గుడ్డు	:	ఒకటి, వెన్న - 50గ్రా॥

తయారుచేయు విధానం :

ఎండు ఖర్జూరాలు గింజలు తీసి పై పెచ్చును మెత్తగా దంచాలి. వెన్నలో పంచదార పొడి కలిపి దాంట్లో గుడ్డు పగులగొట్టి వేసి బాగా నురుగు వచ్చేంతవరకు చిలికి దీనికి ఖర్జూర ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడర్ వేసి కలిపిన మైదాలో వేసి బాగా ముద్దగా కలపాలి. ఆరు గంటల సేపు నానపెట్టి చపాతీలాగా కావలసిన మందంగా వత్తి గుండ్రంగా బిళ్ళలు కట్ చేసి బేక్ చేయాలి.

మ్యాంగో షర్‌బత్

కావలసిన పదార్థములు

మామిడి కోరు	:	2 గ్లాసులు,
పంచదార	:	2 గ్లాసులు,

ఎసెన్స్	:	1 చెంచా,
కలర్	:	చిటికెడు,
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా.

ముందుగా మామిడి కాయ చెక్కుతీసి ముక్కలు కట్ చేయాలి. లేదా కోరి వుంచాలి. మొత్తం కోరును మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చేసుకోవాలి ఈ జ్యూస్‌ను పల్చటి గుడ్డలో పోసి పీచులేకుండా వడకట్టి ఆరసం తీసుకుని దానికి ఉప్పు కలిపి పక్కన వుంచాలి. మందంగా వున్న గిన్నెలో పంచదార, నీరు కలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి గరిటతో కలుపుతూ ఉడికించాలి. తీగపాకం వచ్చిన తరువాత ఆ పాకంలో మామిడి రసం పోసి కలిపి అయిదు నిమిషాలు ఉడికించి దించి ఎసెన్సు కలిపి చల్లార్చాలి. చల్లారిన మిశ్రమాన్ని పొడిగా ఉన్న సీసాల్లో పోసి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టుకోవాలి. ఒక గ్లాసు చల్లటి నీటికి, 3 చెంచాల పాకం, ఐస్‌క్యూబ్ వేసి బాగా కలిపి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

ఛెర్రీ బిస్కెట్లు

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	రెండు కప్పులు
పంచదారపొడి	:	ఒకటిన్నరకప్పు
వెనీలా	:	రెండు స్పూనులు,
చెర్రీస్, కొబ్బరికోరు	:	రెండుకప్పులు
వెన్న	:	12స్పూనులు
నెయ్యి	:	పన్నెండు స్పూనులు
పాలు	:	నాలుగు స్పూన్లు
ఎసెన్సు, ఉప్పు	:	అర స్పూను

తయారుచేయు విధానం :

వెన్న, పంచదార పొడి, నెయ్యి బాగా పేస్ట్‌లాగా కలిపి దీనికి జల్లించిన మైదా, బేకింగ్ పౌడర్ కలపాలి. ఈ మిశ్రమానికి పాలు కొబ్బరికోరు కలపాలి. దీనికి ఛెర్రీస్, ఎసెన్సు, ఉప్పు, వెనీలా కలిపి 1 సెం.మీ. మందంగా చపాతీలాగా చేసి గుండ్రంగా బిళ్ళలు కోసి వాటిపై పాలు., కొబ్బరికోరు చల్లి ఓవెన్‌లో ఉడికించాలి.

కోకోనట్ బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	మూడు కప్పులు
నెయ్యి	:	75 గ్రాములు
బేకింగ్ పౌడర్	:	ఒక చెంచా
పాలు	:	ఆరు చెంచాలు
వెన్న	:	75 గ్రాములు
పంచదార పొడి	:	ముప్పావు కప్పు
కొబ్బరితురుము	:	ముప్పావు కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

పంచదార పౌడరు, వెన్న, నెయ్యి కలిపి పేస్టులా చేయాలి. మైదా జల్లించి ఉంచి దానిని బేకింగ్ పౌడర్‌ని పేస్టుకి కలిపి తరువాత కొబ్బరి తురుము, పాలు కూడా కలిపి ముద్ద చేయాలి. అరచేతి సైజులో ముద్ద తీసుకొని 1 లేదా 1/2 సెం.మీ. మందంతో ముద్దను సాది కావలసిన సైజు బిస్కెట్ కట్ చేయాలి. ఏదన్నా మూతతో గుండ్రంగా కట్ చెయ్యాలి. అలా అన్నీ తయారుచేసుకొని వాటి మీద పాలు చల్లి కొబ్బరి తురుము కూడా చల్లి బేక్ చేసుకోవాలి. ఓవెన్‌లో వండి గోధుమ బంగారు వర్ణం వచ్చిన తర్వాత తీసి చల్లార్చాలి.

ఆరెంజ్ స్క్వాష్

కావలసిన పదార్థములు

కమలాలు	:	20
ఆరెంజ్ ఎసెన్సు	:	1 చెంచా
ఆరెంజ్ కలర్	:	1 చెంచా
పంచదార	:	6 కప్పులు
సిట్రిక్ యాసిడ్	:	1 చెంచా
పొటాషియం మెటా బైసల్ఫేట్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా కమలారసం తీసి పల్చటి గుడ్డలో వడకట్టి ఉంచాలి. ఆ రసానికి ఎసెన్సు, కలర్ జతచేయాలి. మందంగా వున్న గిన్నెలో పంచదార, 3 కప్పులు నీరు కలిపి గరిటతో కలుపుతూమరిగించాలి. పంచదార కరిగి తీగపాకం వచ్చిన తరువాత కమలారసం పోసి కలపాలి. కొద్దిగా వేడినీటిలో పొటాషియం మెటా బైసల్ఫేట్ వేసి కరిగించి ఆ నీటిని కూడా పాకంలో కలిపి దించి చల్లారనివ్వాలి. బాగా చల్లారిన తరువాత పొడిగా వున్న సీసాలో పోసి నిల్వ చేసుకుని వారం తరువాత నుంచి వాడుకోవాలి.

కిస్‌మిస్ బనానా మఫ్ఫిన్స్

కావలసిన పదార్ధములు:

మైదాపిండి	:	2 కప్పులు
అరటిపండ్లు	:	4(మీడియం సైజు)
కిస్‌మిస్	:	1/4 కప్పు
పంచదార	:	1 కప్పు
బేకింగ్ సోడా	:	2 చెంచాలు
గోధుమపిండి	:	2 కప్పులు
వెజిటబుల్ ఆయిల్	:	1/2 కప్పు
స్కిమ్డ్ మిల్క్	:	1/2 కప్పు
వెనిల్లా ఎసెన్స్	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా అరటిపండ్లను మెత్తగా గుజ్జు చేసుకోవాలి. తరువాత మఫ్ఫిన్ కప్స్‌కి లైట్‌గా నూనె వ్రాసి ఉంచాలి. ఒక వెడల్పాటి బౌల్‌లో మైదా, గోధుమ పిండ్లు, ఉప్పు, బేకింగ్ సోడా వేసి బాగా కలిపి ఆ పిండికి నూనె, పాలు, వెనిల్లా, అరటిపండు గుజ్జు జతచేసి బాగా మిక్స్ చేయాలి. మఫ్ఫిన్ Cups లో కొన్ని కిస్‌మిస్ వేసి వాటిపైన పిండి మిశ్రమాన్ని సగం కన్నా కొంచెం ఎక్కువగా ప్రోసుకోవాలి. ఈ కప్స్‌ని ఓవెన్‌లోపెట్టి గోల్డెన్ బ్రౌన్ కలర్‌లో వచ్చేంత వరకు సుమారు 20 నిమిషాలపాటు బేక్ చెయ్యాలి. ఓవెన్ లేని వారు కేక్ డిష్‌లో చేసుకోవచ్చు. వేడి వేడి మఫ్ఫిన్స్‌ని ప్లేట్స్‌లోని సర్వ్ చెయ్యాలి. ఇది పిల్లలకి మంచి హెల్దీ ఫుడ్.

నట్ కుకీస్ రెండో రకం

కావలసిన పదార్థములు

వాల్‌నట్ ముక్కలు	:	అర కప్పు
కోకో	:	ఒక స్పూను
మైదా	:	1 కప్పు
పంచదార	:	అర కప్పు
గుడ్డులోని తెల్లసొన	:	2 గుడ్లు

తయారుచేయు విధానం :

గుడ్డులోని తెల్ల సొనని బాగా గిలకొట్టాలి. పంచదార, కోకో, వాల్‌నట్ ముక్కలు మైదా బాగా కలిపి తెల్లని సొన వేసి బాగా కలపాలి. ట్రేలో నెయ్యి రాసి దానిమీద బిస్కెట్ మిశ్రమాన్ని పోసి బేక్ చెయ్యాలి.

ఫ్రూటీకర్డ్ క్రీమ్ పుడ్డింగ్

కావలసిన పదార్థాలు :

సపోడిల్లా	:	1
జీడిపప్పు	:	50 గ్రా॥
ఆరెంజ్	:	1
యాపిల్	:	1
అరటిపళ్ళు	:	2
ఆరెంజ్‌జ్యూస్	:	1 కప్పు
ద్రాక్ష	:	1/2 కప్పు (గింజలు లేనివి)
చక్కెర	:	4 టేబుల్ స్పూన్స్
జెలిటిన్	:	1 టేబుల్ స్పూన్
గట్టిపెరుగు	:	1 కప్పు
చిక్కటి మీగడ	:	2 టేబుల్ స్పూన్స్
మిక్స్‌డ్‌ఫ్రూట్‌జామ్	:	2 పెద్ద స్పూన్స్

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా పెరుగు, మీగడకు 1 స్పూన్ పంచదార కలిపి ఆరెంజ్ తొనలు బాగా కలిసేట్టు త్రిప్పి పక్కనుంచుకోవాలి. జిలాటిన్‌ను కొంచెం గోరువెచ్చని నీళ్ళతో కలిపి దానికి ఆరెంజ్ జ్యూస్, కొంచెం చక్కెర కలిపి పంచదార పూర్తిగా కరివేవరకూ గరిటతో బాగా తిప్పాలి. ఈ మిశ్రమంలో మిగతాపళ్ళ ముక్కలు, జీడిపప్పు ముక్కలు కలుపుకుని ఫ్రిజ్‌లో వుంచాలి. గడ్డ కట్టిన తరువాత చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్‌చేసి సర్వ్ చేయడమే తరువాయి.

వెజ్ సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటో	:	ఒకటి
బంగాళదుంప	:	ఒకటి
దోసకాయ	:	ఒకటి
మిరియాల పొడి	:	1/4 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
ఫ్రెంచ్ డ్రస్సింగ్	:	2 చెంచాలు
క్యారెట్ తురుము	:	2 చెంచాలు
ఉల్లిపాయ (సన్ననిముక్కలు)	:	4 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం :

బంగాళదుంప ఉడికంచి ముక్కలు చేయాలి. మిగతా అన్నిరకాల ముక్కలు తురిమి, దుంప ముక్కలు, ఒక బౌల్‌లో పోసి ఉప్పు, మిరియాల పొడి వేసి కలిపి గంట సేపు ఉంచి తీసి డ్రస్సింగ్ వేసి కలిపి ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి చల్లగా అయిన తర్వాత సర్వ్ చేయాలి.

మిల్క్‌కేక్

కావలసిన పదార్థాలు :

పాలు	:	అరలీటర్
చక్కెర	:	2 టీ స్పూన్లు
కస్టర్డ్ పౌడర్	:	2 టీ స్పూన్లు

జీడిపప్పు	:	సరిపడ
అరటిపండు, ఏపిల్‌ముక్కలు	:	తగినన్ని
కిస్మిస్	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

పాలు గిన్నెలో వేసి మరిగించాలి. కొంచెం పాలల్లో కస్టర్డ్ పౌడర్ వేసి కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. మరిగేపాలల్లో చక్కెర వేసి కలిపి కస్టర్డ్ పౌడర్, పాలు కూడా జత చేసి దించాలి. ఫ్రూట్ ముక్కలు వేసి కలిపి కప్పుల్లో పోసి పై నుండి జీడిపప్పు, కిస్మిస్ చల్లి ఫ్రిజ్‌లో అరగంట వుంచాలి.

క్యారెట్ జామ్

కావలసిన పదార్థములు

క్యారెట్	:	1 కిలో
పంచదార	:	1/2 కిలో
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	1/2 చెంచా
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

క్యారెట్ చెక్కుతీసి మధ్యకి కట్ చేసి నీరు పోసి ఉడికించి నీరు తీసి క్యారెట్‌ను గుజ్జు చేసి ఉంచాలి. ఈ తీసిన నీటిలో పంచదార పోసి చిక్కటి పాకం పట్టి సిట్రిక్ ఆసిడ్ వేసి చక్కగా అయిదు నిమిషాలు మరగనిచ్చి దాంట్లో క్యారెట్ గుజ్జు వేసి జామ్ తయారయిన తర్వాత ప్రిజర్వేట్ కలిపి చల్లార్చి దాన్ని పొడి సీసాలో పోసి చల్లార్చి మూతపెట్టాలి.

టొమోటా జామ్

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటో రసం	:	1లీటరు
పంచదార	:	1 కిలో
నిమ్మకాయలు	:	ఆరు
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా.

తయారుచేయు విధానం :

టొమోటో రసం, పంచదార కలిపి ఉడకపెట్టి చిక్కగా అయిన తర్వాత నిమ్మరసం పిండి కొంచెం సేపు ఉడకనిచ్చి గట్టిపడిన తర్వాత సీసాలో పోసి చల్లార్చి వాడాలి.

స్పాంజ్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	రెండు కప్పులు
నీళ్ళు	:	అర కప్పు
క్రీమ్ ఆఫ్ టార్	:	ఒక స్పూను
కోడిగుడ్లు	:	ఎనిమిది
పంచదార	:	రెండు కప్పులు
బేకింగ్ పౌడర్	:	అర స్పూను
వెన్న	:	50 గ్రా॥

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా మైదా, ఉప్పు, బేకింగ్‌పౌడర్ కలిపి జల్లించి ఉంచాలి. ఒక గిన్నెలో వెన్న, పంచదార కలిపి పేస్టులా చెయ్యాలి. ఒక గిన్నెలో గుడ్లు కొట్టి వేసి ఎగ్ బీటర్‌తో బాగా గిలక్కొట్టాలి. దీన్ని వెన్న మిశ్రమంలో కొద్ది కొద్దిగా పోస్తూ బాగా కలిపి దీనికి వెనీలా ఎసెన్స్ కూడా చేర్చి బాగా కలియబెట్టాలి. ఇప్పుడు దీంట్లో జల్లించిన మైదా వేసి కలిపి మరీ గట్టిగా కాకుండా కాస్త పలుచగా ఉండాలి. కావాలంటే కొద్దిగా పాలు పోయాలి. కేక్ పాత్రలో నెయ్యి రాసి ఈ మిశ్రమాన్ని పోసి 40నిమషాలు 38 డిగ్రీల ఫారెన్‌హీట్‌లో బేక్ చేయాలి. తయారయిన తర్వాత చల్లారనిచ్చి కావలసిన షేప్‌లో ముక్కలు కోసుకోవచ్చు.

హనీ కేక్ రెండో రకం

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	అర కిలో
ఎగ్స్	:	నాలుగు

బేకింగ్ పౌడర్	:	రెండు చెంచాలు
పంచదార పొడి	:	200 గ్రాములు
ఆరెంజి ఎసెన్స్	:	కొన్ని చుక్కలు
తేనె	:	పావు కిలో
వెన్న	:	200 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండి, బేకింగ్ పౌడర్ బాగా కలిపి జల్లించి ఉంచాలి. ఒక గిన్నెలో వెన్న, పంచదార పొడి వేసి బాగా కలిపి పేస్టులా చెయ్యాలి. గుడ్లు విడిగా గిన్నెలో పోసి గిలకొట్టి దాంట్లో వెన్న మిశ్రమము పోసి కలపాలి. తర్వాత తేనె ఆ తర్వాత మైదా పోసి బాగా కలపాలి. దీనిని కేక్ పాత్రలో నెయ్యిరాసి పోసి 45 నిమిషాలు బేక్ చెయ్యాలి. (350 ఫారెన్ హీట్‌లో)

సుగంధిపాల జ్యూస్

కావలసిన పదార్థములు

సుగంధి కొమ్ములు	:	1/4 కిలో
పంచదార	:	1/4కిలో
ధనియాలు	:	75గ్రా
యాలకులు	:	25గ్రా
సోపు	:	25గ్రా

తయారుచేయు విధానం

ముందు సుగంధి కొమ్ములను కచ్చపచ్చాగా కొట్టి బాగా ఎండ పెట్టాలి.ధనియాలు, సోపు కూడా ఎండబెట్టాలి.ఎండిన వీటికి యాలకులు కలిపి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి.గిన్నెలో 2 గ్లాసులు నీరు పోసి 3 చెంచాల పొడిని వేసి మరిగించాలి.ఒక గ్లాసు నీరు మరిగిన తరువాత దించి మందపాటి క్లాత్‌లో పోసి వడగట్టి చల్లార్చాలి.తరువాత వాటికి పంచదార జత చేసి నిల్ల పెట్టుకోవాలి. అవసరమైనపుడు 3/4గ్లాసు నీటిలో 1/4 సుగంధ మిశ్రమం సరిపడ పాలు, ఐస్‌క్యూబ్ వేసి బాగా తిరగొట్టి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

చెర్రీస్ కేక్

కావలసినపదార్థములు

చెర్రీస్	:	పావుకేజి
వెన్న	:	ఆరు చెంచాలు
ఐసింగ్ షుగర్	:	150 గ్రాములు
మైదా	:	ఒక కప్పు
బేకింగ్ పౌడర్	:	అర చెంచా
ఉప్పు	:	అర చెంచా
వేడినీళ్ళు	:	ఒకటిన్నర స్పూను
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	అర డబ్బా

స్ట్రాబెర్రీ ఎసెన్స్,
ఎర్రమిఠాయి రంగు,
సోడా బైకార్బొనేట్లు : అర చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

కండెన్స్‌డ్ మిల్క్, వెన్న కరిగించి, ఎసెన్సు, నీరు అన్నీ కలిపి బాగా గిలకొట్టాలి. ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడర్, సోడా బైకార్బొనేట్, మైదా వేసి బాగా కలిపి దాంట్లో గిలకొట్టిన మిశ్రమం, చెర్రీ పండ్ల ముక్కలు వేసి కలిపి కేక్ డబ్బాలో బ్రౌన్ పేపరులో 1 సెం.మీ. మందంలో పోసి 350 డిగ్రీల వేడి మీద ఓవెన్‌లోబేక్ చేయాలి. ఐసింగ్ షుగర్, ఎర్రటి మిఠాయి రంగు వేసి వేడినీళ్ళతో కలిపి బాగా మృదువుగా పేస్ట్‌లా చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని అలాగే బేక్ చేసి తీసిన దానిమీద పోసి చెర్రీస్‌తో అలంకరించాలి.

ఛెర్రీ కోకోనట్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు :

కొబ్బరికోరు	:	300గ్రాములు
ఛెర్రీస్	:	రెండు కప్పులు
తినే సోడా	:	ఒక కప్పు
పంచదార	:	తగినంత

వెన్న	:	ఒకటిన్నర కప్పు
వెనీలా ఎసెన్సు	:	రెండు చెంచాలు
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	ఒక డబ్బా
మైదా	:	4 కప్పులు
పాలు	:	ఒక కప్పు
పసుపు రంగు	:	ఒక చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

మిఠాయిరంగు, ఎసెన్స్, కండెన్స్ మిల్క్, పాలు, వెన్న కరిగించినది మొత్తం బాగా కలిపి గిలక్కొట్టుకోవాలి. మైదా జల్లించి దానికి బేకింగ్ పౌడర్, పంచదార, 50గ్రాముల కొబ్బరితురుము సోడా కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని పాలల్లో కలపాలి. దీనికి ఛెర్రీస్ రంగు, కలిపి కేక్ బెల్‌లో పోసి బేక్ చేసి చల్లారిన తర్వాత పైన జామ్ రాసి మిగిలిన కొబ్బరిని వేపి దాని మీద చల్లాలి.

కారమెల్ ఐస్‌క్రీమ్

కావలసిన పదార్థాలు :

గ్రాన్యులేటెడ్ షుగర్	:	1 కప్పు
క్రీమ్	:	1 కప్పు
నీళ్ళు	:	అరకప్పు
గుడ్లు	:	6
పాలు	:	2 కప్పులు
స్కిమ్‌డ్ మిల్క్‌పౌడర్	:	పావుకప్పు
కస్టర్డ్ పౌడర్	:	2 స్పూన్లు

తయారుచేయు విధానం :

గుడ్లు పగలగొట్టి అందులోపచ్చసొన మాత్రం గిన్నెలో తీసుకుని పంచదార కలిపి గిలకొట్టాలి. ఒక మందపాటి గిన్నెలో పాలు పోసి స్కిమ్డ్ మిల్క్ పౌడర్ వేసి కలిపి సన్నని సెగమీద 3 నిమిషాలు ఉంచి బుడగలు వస్తున్నప్పుడు దించేయాలి. ఈ పాల మిశ్రమాన్ని గుడ్ల మిశ్రమంలో కలపాలి. గుడ్ల మిశ్రమాన్ని స్టవ్ మీద పెట్టి బాగా కలుపుతూ 5 ని॥ ఉడకనిచ్చి దించి పలుచటి బట్టతో వడకట్టాలి. వేరే మందపాటి

గిన్నెలో తీసుకుని పంచదార వేసి కొద్దిగా నీళ్ళు పోసి మరగనివ్వాలి. బాగా మరిగాక పాకం బ్రౌన్ రంగులో మారాక కిందకు దించి కొంచెం పాలు కలిపిన కస్టర్డ్ పౌడర్ మిశ్రమాన్ని పోసి కలదిప్పాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని చల్లార్చాలి. క్రీమ్ విడిగా గిలకొట్టి ఈ మిశ్రమంలో కలిపి మూతపెట్టాలి. ఫ్రీజర్‌లో పెట్టి గట్టి పడ్డాక తీసి మళ్లా గిలకొట్టి ఫ్రీజర్‌లో ఉంచాలి.

ఛీజ్ కేక్

కావలసిన పదార్థములు

మ్యారీ బిస్కెట్ పొడి	:	10 చెంచాలు
పంచదార	:	1 1/2 చెంచాలు
మెల్టడ్ బటర్	:	6 చెంచాలు
ఐసింగ్ సుగర్	:	1 చెంచా

ఫిల్లింగ్‌కి కావలసినవి

పన్నీర్ తురుము	:	1 1/2 కప్పులు
గడ్డ పెరుగు	:	1 1/2 చెంచా
బేకింగ్ సోడా	:	చిటికెడు
జాజికాయ పొడి	:	చిటికెడు
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	100గ్రా
కిస్‌మిస్	:	1/4 కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా ఒక బౌల్‌లో బిస్కెట్స్ పౌడర్, పంచదార, బటర్ వేసి ప్రెస్ చేస్తూ అంతా కలిసేలా కలిపి 6 అంగుళాల మందంతో ఉండే బౌల్‌లో పెట్టాలి. ఈ లోపల పెరుగు, బేకింగ్ సోడా, జాజికాయ పొడి, పన్నీర్ వేసి మిక్సీ వేసి మెత్తగా చేసి ఉంచాలి. తరువాత కండెన్స్‌డ్ మిల్క్ పోసి బాగా కలపాలి.వీటికి కిస్‌మిస్ కలిపి ఉంచాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ఛీజ్ చేసిన దానిమీద పోసి 400 డిగ్రీల ఫారన్ హీట్ వద్ద 9 నిమిషాలు బేక్ చెయ్యాలి. బేక్ చేసిన తరువాత తీసి పైన ఐసింగ్ షుగర్‌తో డెకరేట్ చేసి వేడిగా సర్వ్‌చెయ్యాలి.

బాదం ఐస్‌క్రీమ్

కావలసిన పదార్థాలు :

పాలు	:	1 లీటర్
పంచదార	:	200 గ్రా
క్రీమ్	:	1 కప్పు
ఆల్‌మండ్ ఎసెన్స్	:	1 టీ స్పూన్

తయారుచేయు విధానం :

బాదంపప్పును నానపెట్టి పొట్టు తీసి కొదిగా పాలలో ఉడకబెట్టాలి. చల్లారిన తరువాత ఉడకబెట్టిన బాదంపాలు మిక్సీలో వేసి రుబ్బాలి. ఇప్పుడు మిగిలిన పాలు బాగా కాచి చల్లారిన తరువాత అందులో పంచదార కలిపి అంతకు ముందు రుబ్బి ఉంచుకున్న బాదంపాలతో కలిపి బాగా గ్రైండ్ చేయ్యాలి. అందులో ఆల్‌మండ్ ఎసెన్స్,క్రీమ్ కూడా వేసి బాగా గిలకొట్టి ఎయిర్‌టైట్ కెంటైనర్‌లో పోసి డిప్‌ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి ఫ్రీజ్ చేయాలి. ఐస్‌క్రీం గట్టి పడ్డాక కప్‌లో సర్వ్ చేయండి.

స్ట్రాబెర్రీ జామ్

కావలసిన పదార్థములు :

స్ట్రాబెర్రీ	:	1/2 కిలో
పంచదార:	1/2కిలో	
సిట్రిక్ యాసిడ్	:	1/2 చెంచా
ప్రిజర్వేటర్	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

స్ట్రాబెర్రీస్‌ను బాగా కడిగి ముక్కలు చేసి పంచదార కలిపి కొంచెం నీళ్ళు పోసి సన్నని సెగమీద ఉడకనిచ్చి గట్టిపడి జామ్ తయారయిన తర్వాత మిగతావి వేసి చల్లార్చి పొడి గాజు సీసాలో పోసి ఆరనివ్వాలి.

వేరుశనగలతో బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

వేరుశనగగుళ్ళు	:	500గ్రా
గోధుమపిండి	:	500గ్రా
పంచదార	:	400గ్రా
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడా
బేకింగ్ పౌడర్	:	10గ్రా
డాల్డా	:	సరిపడ

తయారు చేయు విధానం :

ముందుగా వేరుశనగ గుండ్లు ఖాళీ బాండీలో వేసి సన్నని మంట మీద బాగా వేపుకోవాలి. వేగిన తరువాత చల్లార్చి పొట్టు తీసి మిక్సీలో వేపి పొడి చేసుకోవాలి. తరువాత గోధుమపిండిని కూడా సన్నని మంట మీద వేపుకోవాలి. ఈ రెండింటిని ఒక బేసిన్‌లో పోసి ఆ పొడికి బేకింగ్ పౌడర్, సరిపడ ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి. పంచదారను కూడా పొడి చేసి కలపాలి. డాల్డాను వేడి చేసి కరిగిన తరువాత ఆ డాల్డాతో పిండిని చపాతీ పిండిలా ముద్దగా కలుపుకోవాలి. ఈ ముద్దతో కమలాపండంత పిండిని తీసుకొని రౌండ్‌గా చేసి పూరీలా గుండ్రంగా కొంచెం మందంగా వత్తుకోవాలి. వీటిని ఇష్టమైన సైజులలో రౌండ్‌గా కట్ చేసుకోవాలి. ఉన్న పిండితో తయారు చేసుకొని ఈ బిస్కెట్లను బేకింగ్ ట్రేలో పెట్టి బేక్ చేయాలి. ఓవెన్ లేనివారు బిస్కెట్లను లోహపు ట్రేలో పెట్టి ఆ ట్రేని డేగిశాలో పెట్టి వేడి ఇసుక మీద ఉంచాలి. డేగిశ పైన మూతపెట్టి ఆ మూతలో మండుతున్న బొగ్గులను ఉంచితే బిస్కెట్లు అన్ని వైపులా సమానంగా కాలుతాయి. మధ్య మధ్యలో తీసి చూస్తూ ఉండాలి. బిస్కెట్స్ బంగారు రంగువచ్చిన తరువాత పొయ్యి మీద నుంచి దించాలి. ఈ ప్రొసీజర్‌కి దాదాపుగా 20 నుంచి 25 నిమిషాల వరకు పడుతుంది. ఈ బిస్కెట్లని వనస్పతికి బదులు నెయ్యి లేదా వెన్నతో తయారు చేసుకోవచ్చు.

నువ్వుల బిస్కట్లు రెండో రకం

కావలసిన పదార్థములు

నువ్వులు	:	300గ్రా
మైదా	:	300గ్రా
శనగపిండి	:	200గ్రా
డాల్డా (లేదా) నెయ్యి	:	160 గ్రా
పంచదార	:	400గ్రా
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
బేకింగ్ పౌడర్	:	10గ్రా

తయారుచేయు విధానం :

నువ్వులను ఖాళీ బాండీలో వేసి సన్నని మంట మీద కలుపుతూ వేపుకోవాలి. వేగిన వీటిని చల్లార్చి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. ఇదే విధంగా శనగపిండిని, మైదాను విడివిడిగా సన్నని మంట మీద కలుపుతూ వేపాలి. మూడింటిని ఖాళీ బేసిన్‌లో పోసి వీటికి సరిపడ ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడర్, పంచదారను కూడా మిక్సీలో వేసి పొడి చేసి ఆ పొడిని జతచేసి అన్నీ కలిసేలా బాగా కలపాలి. ఈ పిండిని కరిగిన డాల్డా లేదా నేతితో పూరీ పిండిలా ముద్దగా కలుపుకోవాలి. ఈ పిండిని సమానంగా ఉండలు చేసి ఆ ఉండలను సాదుకోవాలి. చిన్న చిన్న బిస్కెట్ల, సైజులో కట్‌చేసి వాటిని బేక్ చేసుకోవాలి. లేదా వేరుశనగ బిస్కెట్లలో చెప్పిన పద్ధతిలో తయారు చేసుకోవాలి.

ఫ్రూట్స్ జ్యూస్

కావలసిన పదార్థాలు :

బత్తాయిరసం	:	పావుగ్లాసు
నారింజరసం	:	పావుగ్లాసు
యాపిల్‌రసం	:	పావుగ్లాసు
టమాటారసం	:	పావుగ్లాసు
సీమబాదంపప్పులు	:	3
కుంకుమపువ్వు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం :

సీమబాదంపప్పు నీటిలో నానపెట్టి పొట్టు తీయాలి. దీనిని చాలా సన్నగా ముక్కలు కోయాలి. బాగా పండిన టమాటాలు తీసుకుని చితిపి గుడ్డలో వేసి పిండితే రసం వస్తుంది. అలాగే యాపిల్, ఎండుకొబ్బరి కోరి గుడ్డతో పెట్టి పిండితే రసం వస్తుంది. వీటిలో పిప్పిగాని గింజగాని రాకుండా నాలుగు రకాల సీసాలను వేరు వేరుగా అట్టిపెట్టుకోవాలి. సర్వ్ చేసేటప్పుడు గ్లాసులో ఐస్ వేసి నాలుగు రకాల జ్యూస్‌లు కొంచెం కొంచెం పోసిపైన బాదం ముక్కలు, యాలుకలపొడి కొంచెం కుంకుమపువ్వు కలిపి వేసి తాగితే వేరు వేరు రుచులుగా బాగుంటుంది.

మిల్క్‌తో బ్రెడ్

కావలసిన పదార్థములు

పాలు	:	1 కప్పు
బ్రెడ్ స్లయిసెస్	:	2
పంచదార	:	1 చెంచా

తయారు చేయు విధానం :

ముందుగా కాచిన పాలలో పంచదార కలిపి కరిగించాలి.ఆ పాలు గోరువెచ్చగా అయిన తరువాత బ్రెడ్ స్లయిసెస్‌కు చిన్న పీసెస్‌గా కట్ చేసి ఆ పాలలో వేసి ఐదు నిమిషాల నాననివ్వాలి. తరువాత చెంచాతో ఒక్కొక్క ముక్కను తీసి తినిపించాలి. బ్రెడ్‌కి చుట్టూతా ఉన్న కాలిన భాగాన్ని తీసివేసి మిగతాది ముక్కలు కట్ చేసి నానపెట్టాలి. కాలిన భాగాన్ని కలిపితే చేదుగా అనిపించి పిల్లలు తినటానికి ఇష్టపడరు.

సలాడ్ క్యాప్రస్

కావలసిన పదార్థములు

రెడ్‌పెప్పర్ (బెల్ పెప్పర్)	:	1
అతిసన్నగా కట్ చేసినఎల్లో పెప్పర్	:	1
క్యాప్సికమ్	:	1 డ్రెస్సింగ్ కి,
ఉల్లిపాయ	:	1
నూనె	:	3 చెంచాలు

వెనిగర్	:	1 చెంచా
పైనాపిల్ జ్యూస్	:	1 చెంచా
పంచదార	:	అరచెంచా
వైట్ పెప్పర్	:	అరచెంచా
ఉప్పు	:	కొంచెం
కొత్తిమీర	:	1చెంచా

తయారుచేసే విధానం :

ముందుగా రెడ్ పెప్పర్‌ని మధ్యకి కట్‌చేసి లోపల గింజలు అంతా తీసి వేసి 1 అంగుళం ఫ్లాట్ ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. ఇదే విధంగా మిగతా ఎల్లోపెప్పర్, క్యాప్సికమ్, ఉల్లిపాయలను కూడా కట్ చేసుకోవాలి. అన్నీ ఒకే విధంగా కట్ చేసుకోవాలి. ఒక బౌల్‌లో డ్రెస్సింగ్‌కి తీసుకున్న అన్నింటినీ వేసి పంచదార కరిగేంత వరకు బాగా కలపాలి. తరువాత కట్ చేసిన పీసెస్ వేసి వాటికి మిశ్రమాన్ని బాగా పట్టించాలి. ఒక గాజు బౌల్‌లో క్యాబేజి ఆకులు పరచి వాటి మీద జ్యూస్ రాకుండా ముక్కలని మాత్రమే వేసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

కోకోనట్ మిల్క్ కేక్

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదాపిండి	:	రెండుంపావు కప్పులు
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	:	ఒకటిన్నర కప్పు
బేకింగ్ పౌడర్	:	3 చెంచాలు
పంచదార	:	ఒకటిన్నర కప్పు
వెనీలా ఎసెన్సు	:	అరచెంచా
ఉప్పు	:	అరచెంచా
కోడిగుడ్లు	:	3
పాలు	:	ముప్పావు కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

మైదా,బేకింగ్ పౌడర్, ఉప్పు జల్లించుకోవాలి. వెన్న, పంచదార వేసి బాగా గిలక్కొడుతూ, గుడ్లలోని పచ్చ సొన వేసి పాలుపోసి మైదా వేసి బాగా గిలక్కొట్టాలి.

చివరికి కొబ్బరి తురుము , వెనీలా వేసి 2ని॥లు గిలక్కొట్టాలి. లేదా గిన్నెలో గుడ్లలోని తెల్లసొన వేసి బాగా గిలక్కొట్టి మైదా మిశ్రమాన్ని వేసితే రెండు బాగా కలిసి కేక్ గిన్నెలో వేసి ఓవెన్‌లో 30 ని॥లు పాటు బేక్ చెయ్యాలి.

మిల్క్ రూఅబ్జ డ్రింక్

తయారుచేయు విధానం

రూఅబ్జా స్క్వాష్ బజారులో దొరుకుతుంది. అది తీసుకోవాలి. చిక్కటి పాలు, పంచదార కలిపి మిక్సీలో బాగా నురగవచ్చేలా వేసి గాజు గ్లాసులలో పోసి ఈ స్క్వాష్ 2 చెంచాలు వేసి కలిపి సర్వ్ చేస్తే స్క్వాష్ చాలా రుచిగా బాగుంటుంది.

గ్రేప్‌పిస్తా ఐస్‌క్రీమ్

కావలసిన పదార్థాలు :

పచ్చద్రాక్ష	:	పావుకిలో
గుడ్లు	:	4
పిస్తాపప్పు	:	అరకప్పు
వెనీలా ఎసెన్సు	:	1/2 స్పూన్
క్రీము	:	3 కప్పులు
ఆకుపచ్చమిఠాయిరంగు	:	అరస్పూను
కాస్టర్ పంచదార	:	1/3 కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ఒకగిన్నెలో ముందు రెండు గుడ్లను పగలగొట్టి సొన తీసుకుని మరో గిన్నెలో మరో రెండు గుడ్లను పగలగొట్టి అందులోపచ్చసొన మాత్రమే తీసుకుని మొదటి గిన్నెలో ఉన్న సొనతో కలపండి. తరువాత పంచదార కూడా వేసి బాగా గిలకొట్టండి. గిన్నెలో క్రీము, వెనీలా ఎసెన్సు వేసి కలిపి మరగబెట్టి దించండి. ఇందులో గుడ్ల సొన కలిపి మళ్లీ స్టవ్ మీద పెట్టండి. బాగా చిక్కబడేదాకా కలతిప్పుతూ ఉండాలి. చిక్కబడ్డాక ఆకుపచ్చ రంగు కలిపి దించి చల్లార్చుకోవాలి. ఈ చల్లార్చిన మిశ్రమాన్ని కొంచెంసేపు డీఫ్రిజ్‌లోకాకుండా మామూలు ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి. మిశ్రమం బాగా చల్లబడ్డాక తీసి మళ్లీ గిలక్కొట్టాలి. ద్రాక్షా నిలువుగా తరగాలి.

పిస్తాపప్పులువలుచుకోవాలి. ఈ గిలకొట్టిన మిశ్రమంలో పిస్తా, ద్రాక్షాముక్కలు కలిపి ఐస్‌ట్రేలోపోసి డీప్ ఫ్రీజ్‌లో ఉంచాలి. గట్టిపడ్డాక తీసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

గొకొమోల సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు

అవకాడో	:	2 (కాయలు)
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
నాచోచిప్స్	:	1కప్పు (బేకరిలో దొరుకుతాయి)
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
నిమ్మరసం	:	1 చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	1 చెంచా సన్నని ముక్కలు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా అవకాడో తీసి 1 రోజు గుడ్డ చుట్టి ఉంచాలి. దానివల్ల మెత్తగా అవుతాయి. అవకాడో కాయలను చెక్కు తీసి కచ్చపచ్చాగా చేసుకోవాలి. వాటికి కొత్తిమీర, పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, మిరియాలపొడి, నిమ్మరసం వేసి బాగా కలపాలి. ఈ సలాడ్‌ని నాచో చిప్స్‌తో కలిపి సర్వ్ చెయ్యాలి.

పౌడర్ ఐస్ క్రీమ్

కావలసిన పదార్థాలు :

ఐస్ క్రీమ్‌పౌడర్	:	1 ప్యాకెట్
నీళ్ళు	:	16 ఔన్సులు

తయారుచేయు విధానం :

గిన్నెలో కొలత నీళ్ళు పోసి బాగా కాగానివ్వాలి. నీళ్ళు మరుగుతున్నప్పుడు ఐస్‌క్రీమ్ పాకెట్ విప్పి అందులో పొడి వేసి స్పూన్‌తో కలత్రిప్పాలి. పొడి కలిపితే ఈ నీరు మజ్జిగలా ఉంటుంది. ది వెనీల్లా ఫ్లేవర్ వస్తుంది. పొడి అంతా కలిపి నీళ్ళు తెర్లినప్పుడు దించి ఎగ్‌బీటర్‌తో కాని, కవ్వంతోకాని ఒక పావుగంట సేపు గిలకొట్టాలి. ఎంతబాగా గిలకొడితే ఐస్‌క్రీమ్ అంత మెత్తగా,మృదువుగా ఉంటుందన్నమాట. దీన్ని చల్లార్చి మిక్సీలో వేసి కూడా గిలకొట్టచ్చు. బాగా నురుగు వచ్చాక మూతపెట్టాలి. ఈ చల్లారిన ఐస్‌క్రీమ్ ఐస్‌ట్రేలో పోసి డీప్‌ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి స్విచ్‌ని మాగ్జిమమ్‌లో పెట్టాలి.,

రెండుగంటలలో ఐస్‌క్రీమ్ గట్టిపడుతుంది. ఈ ఐస్‌క్రీమ్‌ను బయటకు తీసి స్పూన్‌తో చిలకగొడితే ముద్దలా అవుతుంది. చెర్రీస్‌ముక్కలు తరిగిపైన చల్లుకుంటే అందానికి అందం, రుచికి రుచి.

ఖర్జూర బిస్కెట్

కావలసిన పదార్థములు

ఖర్జూరాలు	:	100గ్రా
వెన్న	:	100గ్రా
మైదా	:	200గ్రా
బేకింగ్ పౌడర్	:	3/4చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
ఎగ్	:	1
పంచదార	:	150గ్రా.

తయారు చేయు విధానం :

ఎండు ఖర్జూరాలు గింజలు తీసి 1 రాత్రంతా నానబెట్టి పైపొట్టు తీసి మెత్తగా దంచాలి. లేదా మిక్సీ వేసి మెత్తగా చేసుకోవాలి. పంచదార కూడా మిక్సీలో వేసి పొడి చేసుకోవాలి. ఎగ్స్ కొట్టి బౌల్‌లో వెన్నవేసి దానికి పంచదార పొడి, ఎగ్ మిశ్రమం, ఖర్జూర పొడి, ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడర్ వేసి అన్ని కలిసేలా బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మైదాలో పోసి ముద్దగా చపాతీ పిండిలా కలుపుకోవాలి. కమలాపండంత ముద్దను తీసి కొద్దిగా మందంగా సాది గుండ్రంగా కావలసిన సైజులో బిళ్ళలు కట్ చేయాలి. ఆ బిళ్ళలను ఓవెన్ ట్రేలో పెట్టి అరగంటసేపు బేక్ చెయ్యాలి.

టొమోటో ఉల్లి సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు :

టొమోటోలు	:	1/2 కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	ఆరు
మిరియాల పొడి	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
ఫ్రెంచ్ డ్రెస్సింగ్	:	12 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం :

టొమోటోలు, ఉల్లిపాయల్ని సన్నగా కట్ చేసి బౌల్‌లో వేసి వాటి మీద ఉప్పు, మిరియాల పొడి వేసి కలిపి గంట సేపు నాననిచ్చి వాటికి ఫ్రెంచ్ డ్రస్సింగ్ వేసి కలిపి ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి చల్లగా అయిన తర్వాత సర్వ్ చేయాలి.

శాండ్‌విచ్

కావలసిన పదార్థములు

బ్రెడ్	:	2 పీసెస్
కీరతురుము	:	4 చెంచాలు
క్యారెట్ తురుము	:	2 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
వెన్న	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

బ్రెడ్‌ను చుట్టు తీసి క్రాస్‌గా కట్ చేసి ఉంచాలి. కీర క్యారెట్ తురుముకి ఉప్పు కలిపి నీళ్ళు పిండి దానికి సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని ఒక బ్రెడ్ ముక్క మీద చాకుతో పలుచగా రాసి దాని మీద మరొకటి పెట్టి తయారు చేసుకొని సర్వ్ చేయాలి.

వెనీలాఐస్‌క్రీం

కావలసిన పదార్థాలు :

పాలు	:	3 కప్పులు
పంచదార	:	1 1/2 కప్పు
పాలమీగడ	:	3 కప్పులు
వెనీలా ఎసెన్సు	:	1 స్పూన్
మైదాపిండి	:	3 స్పూన్లు
ఉప్పు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

పాలు కొద్దిగా ప్రక్కకు తీసి గిన్నెలో పోసి బాగా కాగనివ్వాలి. ప్రక్కకు తీసిన పాలలో మైదాపిండి కలిపి పేస్టులా చేయాలి. గిన్నెలో పాలు బాగా కాగాక

అందులో మైదాపిండి పేస్టు వేసి కలపాలి. తర్వాత ఉప్పు, పంచదార వేసి గరిటతో కలియత్రిప్పుతూ ఉండాలి. సన్నసెగమీద స్టవ్‌పై ఉంచి బాగా మరగనివ్వాలి. చిక్కగా అయ్యేంత వరకు ఉంచి దించి చల్లార్చి ఐస్‌క్రీమ్ పోసి డీప్ ఫ్రిజ్‌లో 4, 5 గంటలు ఉంచాలి. తర్వాత ఐస్‌క్రీమ్ గిన్నెలో పోసి ఎగ్‌బీటర్‌తో బాగా చిలకాలి. ఇప్పుడు ఎసెన్సు, మీగడ కలపండి. మళ్ళీ ట్రేలో వాక్స్ పేపర్ వేసి ఐస్‌క్రీమ్ పోసి డీప్ ఫ్రిజ్‌లో పెట్టండి. ఐస్‌క్రీమ్ మీకు కావాల్సినట్లు తయారవగానే తీసి సర్వ్ చేయండి.

ఫడ్జ్ చాక్‌లెట్ ఐస్‌క్రీమ్

కావలసిన పదార్థాలు :

కండెన్స్‌డ్‌పాలు	:	అరటిన్ను
పలుచని క్రీము	:	200 మి.లీ
జిలిటిన్‌పొడి	:	1 టీ స్పూన్
తీపిలేని కుకింగ్ చాక్లెట్	:	15 గ్రా॥
వెనీలా ఎసెన్సు	:	1 స్పూన్

తయారుచేయు విధానం :

ఒక గిన్నెలో కండెన్స్‌డ్‌పాలు, కుకింగ్‌చాక్లెట్ పోసికలిపి మరిగే నీళ్లలో ఉంచాలి. చాక్లెట్ కరిగి మిశ్రమం గట్టిపడే వరకూ అలా ఉంచి దించాలి.ఒక పెద్ద గిన్నెలో నీరు పోసి స్టవ్ మీద పెట్టి వేడి చెయ్యాలి. మరో చిన్న గిన్నెలో అరస్పూన్ నీళ్ళు పోసి ఆ గిన్నెను వేడి చేస్తూన్న పెద్ద గిన్నెలో పెట్టాలి. నెమ్మదిగా వేడి చేస్తూ జిలెటిన్ మిశ్రమానికి చాక్‌లెట్ మిశ్రమం క్రీము, ఎసెన్సు కలిపి దించుకోవాలి. ఐస్‌క్రీమ్ మిశ్రమాన్ని బాగా చల్లార్చి ట్రేలో పోసి ఫ్రీజర్‌లో ఉంచాలి. బాగా గట్టిగా అయ్యేంతవరకూ ఉంచి తీసి మళ్ళీ గిలకొట్టి ఫ్రీజర్‌లో ఉంచాలి. సర్వ్ చేసేటప్పుడు ఐస్‌క్రీమ్ కప్పులలోపోసి పైన చాక్‌లెట్ ఫ్లేక్స్ చల్లండి.

పనస జామ్

కావలసిన పదార్థములు

పనసపండుగుజ్జు	:	పావుకిలో
సిట్రిక్ ఆసిడ్	:	పావుచెంచా
పంచదార	:	175గ్రా

తయారుచేయు విధానం

పనసపండు చిన్న ముక్కలు చేసి తగినంత నీరు పోసి మెత్తగా ఉడికించాలి. ఆ ఉడికిన వాటిని మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పేస్టు చేసుకోవాలి. దీనికి పంచదార, సిట్రిక్ ఆసిడ్ వేసి బాగా కల తిప్పుతూ ఉండాలి. మెత్తగా జామ్ తయారయిన తర్వాత పొడి సీసాలో పోసి చల్లార్చిన తర్వాత మూత పెట్టాలి.






మీ పిల్లలకి వంటలు

(స్వీట్స్ & హాట్స్)

సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ




మీ పిల్లలకి వంటలు

మైథిలీ వెంకటేశ్వరరావు

₹ 40/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

ప్రథమ ముద్రణ:
జూలై 2011

ముద్రణ:

ముఖచిత్రం:
రమణ

పబ్లిషర్స్ :
సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ

ఇందులోని వంటలు ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం కోసం మాత్రమే. తయారీ విధానాన్ని బట్టి ఎంతమందికి కావాలో చూసుకొని, దాని ప్రకారంగా పాళ్లు సరిచూచుకొని వంట చేసుకోగలరు.

విషయసూచిక

రోజీ ఫ్లవర్స్
వేజ్ శాండ్‌విచ్
బేబికార్న్-65
రా పీనట్ స్నాక్
బాసుంది
టొమోటో పన్నీర్
పన్నీర్ న్యూడిల్స్
అటుకుల కర్రీ ఫ్రై స్నాక్
బాదం పాయసం
తర్బూజా ఛాట్
కోకోనట్ చాప్స్
పన్నీర్ పరోటాలు
చంద్రకాంతలు
సాస్ట్ ఫ్రెంచ్ బీన్స్
గోబీ-65
బాదం బర్ఫీ
ఇంట్లోనే పిజ్జాలు
ఆవిరి కుడుము
బొబ్బట్లు
కొబ్బరి లౌజు
మైసూర్‌పాక్
బెంగాలీ స్వీట్
తాటిరొట్టె
మరమరాలు, దాల్‌తో మసాలా
టొమోటో ఆమ్లెట్
తీపి గారెలు
మిల్క్‌తో బ్రెడ్
రవ్వ దోశె
టొమోటా జామ్
శాండ్‌విచ్
సలాడ్ క్యాప్రస్
వెనిల్లా బన్
గోధుమ పిండితో అట్టు
బెల్లం పూరీలు
స్వీట్ మైదా తీపి బిస్కెట్లు
పూరీ కచోరీ
మైసూర్ బోండా
ఫ్రూట్స్ సలాడ్
కోవా బర్ఫీ
బుల్లెట్స్
శెనగల ఫ్రై
పానీపూరీ
మాషేమెలోస్
జొన్నరొట్టె
చిలగడదుంపల లడ్డు
టమోటాసూప్
కోవా రోల్స్
డోనట్
గొట్టంకాజా (కాకినాడ కాజా)
చిట్టిముత్యాల లడ్డు
పంతువ
నవరత్న బాత్

మీ పిల్లలకి వంటలు

మంచుముద్దలు

కావలసిన పదార్థాలు :

బ్రెడ్	:	ఒక ప్యాకెట్
జామ్	:	200 గ్రాములు
జీడిపప్పు	:	25 గ్రాములు
కిస్‌మిస్	:	25 గ్రాములు
పాలు	:	1 లీటరు
పంచదార	:	250 గ్రాములు
కస్టర్డ్‌పౌడర్	:	200 గ్రాములు
చెర్రీపళ్ళు	:	25గ్రాములు
ఐసింగ్‌షుగర్	:	25 గ్రాములు
క్రీమ్	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు

తయారుచేయు విధానం :

బ్రెడ్‌ను తీసుకుని అంచులలో మాడి ఉండే భాగాన్ని తొలగించండి. ప్రతి బ్రెడ్ ముక్కపై జామ్‌ను పూసి వాటిని ఒక గిన్నెలో ఉంచి కాచి చల్లార్చిన పాలను ఒక గిన్నెలో పోయండి. కొద్దిసేపటి తర్వాత ఇందులో జీడిపప్పు, కిస్‌మిస్‌లను వేపి కలిపి పాలల్లోనానిన బ్రెడ్‌ను చిన్న ఉండలుగా చేసుకుని ఒక పళ్ళెంలో అమర్చండి. ఒక కప్పు నీళ్ళలో కస్టర్డ్ పౌడర్‌ను కలిపి ఉంచుకోవాలి. ఒక గిన్నెలో పాలు తీసుకుని పొయ్యిపై ఉంచి వేడిచేయాలి. మరుగుతున్న పాలల్లో కలిపి ఉంచుకున్న కస్టర్డ్‌ను పోస్తూ గరిటెతో కలుపుతూ ఉంటే దగ్గరకు తయారవుతుంది. దీనిలో పంచదారు కలిపితేకస్టర్డ్ తయారవుతుంది. ఇలా తయరైన కస్టర్డ్‌ను ఉండలపై పోయండి. ఒక గిన్నెలో క్రీమ్‌ను తీసుకుని అందులో ఐసింగ్ షుగర్‌ను కలిపి దానిని కూడా ఉండలపై పోయాలి. ఇలా చేయడం ఉండల చుట్టూ మంచు పేరుకున్నట్లు తయారవుతుంది. సగానికి కోసిన చెర్రీ పళ్లను మంచు ముద్దలపై అమర్చి రిఫ్రిజిరేటర్‌లో ఉంచి చల్లబరచి ఆరగించండి.

అటుకులతో మిక్చరు

కావలసిన పదార్థాలు :

అటుకులు	:	1/4 కిలో
నూనె	:	1/4 కిలో
జీలకర్ర	:	1 స్పూను
ఉప్పు, కారం	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	5 రెబ్బలు
వేరుశనగపప్పు	:	1 1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా అటుకుల్ని శుభ్రం చేసి స్టవ్‌మీద మూకుడుని పెట్టి నూనెనిపోసి కాగిన తరువాత చిల్లుల గరిటలో అటుకులుపోసి నూనెలో ముంచాలి. అటుకులు వేగిన తరువాత తీసి ఒక పళ్ళెంలో పోసుకోవాలి. ఇలా అన్నీ వేపుకున్న తరువాత వేరుశనగ పప్పుని కూడా నూనెలో వేయించి అటుకుల్లో కలుపుకోవాలి. జీలకర్ర, కరివేపాకుని కూడా వేయించి కలుపుకోవాలి. ఉప్పు, కారం చేతితో అన్నింటిని బాగా కలియపెట్టి ఒక డబ్బాలో ఈ మిక్చర్ని పోసుకుంటే చాలా రోజుల వరకు నిల్వ వుంటుంది.

సూజీ అప్పాలు

కావలసిన పదార్థాలు

మైదా	:	1 కప్పు
రవ్వ	:	1/2 కప్పు
పంచదార	:	1/2 కప్పు
పాలు	:	1 కప్పు
మిక్సిడ్ డ్రై ఫ్రూట్స్	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు
నూనె లేదా నెయ్యి	:	సరిపడా

తయారు చేయు విధానం

ముందుగా మైదా పిండిని కొంచెం నూనె, గోరు వెచ్చని నీరు పోసి మెత్తగా కలపాలి. అరకప్పు నూనె వేడి చేసి రవ్వను బంగారు రంగులోకి వచ్చే వరకు వేయించాలి. అరకప్పు పంచదారను నీటిలో కలపాలి. తరువాత దానిలో పాలు పోసి కలపాలి. గట్టి పడే వరకు ఉడకబెట్టాలి. ఆ తరువాత మైదాను చిన్న చిన్న ఉండలుగా చెయ్యాలి. చపాతీ లాగా ఒత్తి మధ్యలో రవ్వ మిశ్రమాన్ని కలిపి నూనెలో సన్నని మంట మీద బంగారు రంగులోకి వచ్చే వరకు వేయించాలి. వేగిన తరువాత వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

గోధుమపిండి పకోడీలు

కావలసిన పదార్థాలు :

గోధుమపిండి	:	పావుకిలో
బియ్యప్పిండి	:	పావుకిలో
పచ్చిమిర్చి	:	6
ఉల్లిపాయలు	:	3
తినేసోడా	:	చిటికెడు
ఉప్పు,కారం	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

గోధుమపిండి జల్లించి, ఉల్లిపాయలు తరగాలి. పచ్చిమిర్చి తరిగి గోధుమపిండి, బియ్యప్పిండి కలిపి ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి, ముక్కలు, ఉప్పు, కారం,

సోడావేసి నీళ్ళలో పిండి కలపాలి. బాణలిలో నూనె వేసి యీ మిశ్రమంతో పకోడీలు వేసి వేపాలి.

మన్మథ్ రోటీ

కావలసినపదార్థాలు

మైదా	:	500గ్రాములు
ఆరెంజ్ జ్యూస్	:	250మి.లీ.
పచ్చికొబ్బరి కోరు	:	ఒక కప్పు
ఉప్పు	:	తగినంత
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	50గ్రా
రెడ్ ఆరెంజ్ కలర్	:	చిటికెడు

తయారు చేయు విధానము

మైదా పిండిలో ఉప్పు కలిపి జల్లించండి. దీన్ని బౌల్‌లో వేసి ఆరెంజ్ జ్యూస్, రెడ్ ఆరెంజ్ కలర్ కలిపి మెత్తని పిండి ముద్దలా చేయండి. దీన్ని పదహారు సమాన భాగాలుగా చేయండి. పది నిమిషాల తర్వాత ఒక్కో ముద్దనూ చపాతీలా అట్లకర్రతో చేసి కొబ్బరి కోరు జల్లండి. దీని మీద మరో చపాతీని పెట్టి మళ్లీ వత్తండి. ఇలా చేసిన పిదప, హార్ట్ షేప్ లో కట్ చేయండి. వీటిని పెనం మీద కాల్చేటప్పుడు రెండు టీస్పూన్ల రిఫైన్డ్ ఆయిల్ పోయండి. తయారైన మన్మథ్ రోటీని పనీర్ కూరతో గానీ, కోఫ్తా కర్రీతో గానీ తినవచ్చు.

ఇలంబ్రీకాయలు

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదా	:	500గ్రాములు
పంచదార	:	అరకేజీ
కొబ్బరికాయ	:	1
మైదా	:	1 కేజీ
నెయ్యి	:	700 గ్రా

తయారుచేయు విధానం :

నువ్వుపప్పు వేపి,బెల్లంమెత్తగా నూరి నీళ్ళలో వేసి పాకం పట్టాలి. తీగపాకం

వచ్చినప్పుడు మైదాపిండి,నువ్వుపప్పు, బియ్యప్పిండి వేసి వుండకట్టకుండా బాగా కలపాలి. తర్వాత ఆ ముద్దని చిన్న చిన్న వుండలుగా చేసి వాటిని బిళ్లలుగా వత్తాలి. గిన్నెలో నెయ్యి వేసి, కాగాక నువ్వుల బిళ్ళలు వేసి వేయించాలి.

రిబ్బన్‌పకోడి

కావలసిన పదార్థాలు :

సెనగపిండి	:	400 గ్రా॥
బియ్యప్పిండి	:	100 గ్రా॥
కొత్తిమీర	:	4 కట్టలు
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు
ఉప్పు	:	తగినంత
జీలకర్రపొడి	:	1 టీ స్పూన్
కారం	:	1 టీ స్పూన్
నెయ్యి	:	50 గ్రా॥
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	వేయించడానికి సరిపడా

తయారుచేయు విధానం :

సెనగపిండి, బియ్యప్పిండి కలిపి జల్లించండి. ఇందులో ఉప్పు, సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర, పచ్చిమిర్చి, జీలకర్రపొడి, కారం కలపండి. పిమ్మట వేడి చేసిన నెయ్యిని పిండిలో పోసి కలియబెట్టండి. తరువాత ఇందులో నీళ్ళు పోసి గట్టి ముద్దలా చేయండి. జంతికల గొట్టంలో రిబ్బన్ ఆకారంలో వచ్చే అచ్చును ఉంచి, ముందుగా కలిపిన పిండిని పెట్టి వేడి నూనెలో వత్తి ఎర్రగా వేయించండి. నోరూరించే రిబ్బన్ పకోడీ రెడీ!

మాల్‌పూరి

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదా	:	3 కప్పులు
పంచదార	:	3 కప్పులు
పాలు	:	2 కప్పులు
నూనె	:	అరకిలో

నెయ్యి	:	3 స్పూన్లు
మిఠాయిరంగు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిలో పాలు, మిఠాయిరంగు, పంచదార, నెయ్యి కలిపి పూరీ పిండిలాగా కలపాలి. పంచదార బాగా కలిసేటట్లు గరిటె జారుగా కలపాలి. గిన్నెలో నూనె వేసి బాగా కాగాక గరిటెతో జంతికల మాదిరిగా ఈ పూరీ మధ్యలో చిల్లులుగా వుంచితే చాలు బాగుంటుంది.

మినపపిండి జంతికలు

ఇందుకు కావలసినవి :

మినప్పప్పు	:	250 గ్రా
బియ్యం	:	1 కిలో
నూనె	:	1 కిలో
వాము	:	3 స్పూన్లు
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా మినప్పప్పుని దోరగా వేయించి మెత్తగా పిండి పట్టించుకోవాలి. ఈ పిండిలో వాముని, వేడి చేసిన నూనెని వేసి బాగా కలపాలి. తరువాత ఉప్పుని, నీటిని సరిపడా పోసి కలపాలి. పిండి గట్టిగా ముద్దయ్యే వరకూ కలపాలి. బూర్లె మూకుడులో నూనెపోసి స్టవ్‌మీద పెట్టి మరగనివ్వాలి. నూనె మరిగిన తరువాత చక్రాల గిద్దలలో పిండిని పెట్టి, కాగుతున్న నూనెలో గుండ్రంగా పిండాలి. దోరగా వేయించి తీసి పళ్ళెంలో వేసుకోవాలి. పిండంతా అయిపోయేవరకూ ఈ విధంగా చేసుకుని కాస్త చల్లారిన తరువాత నిల్వ చేసుకోవాలి. ఇవి కరకరలాడుతూ ఎంతో రుచిగా వుంటాయి.

పూర్ణం బూరెలు

కావలసిన పదార్థాలు :

మినపప్పు	:	అరకిలో

బియ్యప్పిండి	:	అరకిలో
శెనగపప్పు	:	అరకిలో
బెల్లం	:	అరకిలో
ఏలకులు	:	10
తినేసోడా	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా మినపప్పు నానబెట్టి శుభ్రంగా కడిగి మెత్తగా రుబ్బాలి. బియ్యప్పిండి, సోడా వేసి 2 గంటలు నానబెట్టాలి. శెనగపప్పు ఉడికించి నీరు పోయకుండా బెల్లం, ఏలకులు వేసి మెత్తగా రుబ్బి ఉసిరికాయంత ఉండలు చుట్టుకోవాలి. గిన్నెలో నూనె వేసి బాగా కాగాక శెనగపప్పు ఉండలు మినప్పిండిలో ముంచి నూనెలో వేసి వేయించాలి.

సమోసా

కావలసిన పదార్థాలు

గోధుమపిండి	:	100 గ్రా.
మైదాపిండి	:	200 గ్రా.
బంగాళదుంపలు	:	1 పెద్దది
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
బఠాణీలు	:	1 కప్పు
పసుపు	:	కొంచెం
కారం	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు
సన్నని తరుగు		
నిమ్మకాయ	:	1
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	1/2 కిలో
కేరెట్టు	:	1 పెద్దది

తయారుచేయు విధానం:

రెండు పిండిలను కలిపి జల్లించి తగినంత ఉప్పు, 1 చెంచా నూనె వేసి

సరిపడ నీరు పోసి చపాతీ పిండిలా కలపాలి. బంగాళదుంప, కేరెట్స్ ముక్కలు కోసి దానికి బఠాణీ కలిపి ఉడికించి ఉంచాలి. బాండీలో నూనె వేసి ఉల్లి ముక్కలను వేసి ఎర్రగా వేపి దానికి ఉడికించిన కూరలు వేసి, కారం, ఉప్పు, పసుపు వేసి వేపి దించాలి. దానిమీద కొత్తిమీర చల్లి నిమ్మరసం పోసి బాగా కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. చపాత పిండిని నిమ్మకాయ సైజులో తీసుకొని బాల్స్‌లా చేసి ఒక్కొక్కదాన్ని చపాతీలా చేసి వాటిని సగానికి కట్ చేసి సగ భాగాల మధ్యలో కూర మిశ్రమాన్ని పెట్టి త్రికోణపు ఆకారంలో మడవాలి. లేదా రెడీమేడ్ సమోసా తయారు చేసేవి ప్లాస్టిక్‌వి తీసుకొని అర చపాతీని పెట్టి కూర పెట్టి మూసి ఎక్కువైన చపాతీని తీసివేసి కాగిన నూనెలో ఎర్రగా వేయించి తీయాలి. టేస్ట్‌గా ఉండే ఈ సమోసా చేయుటం కొంచెం సమయం ఎక్కువగా పట్టినా పిల్లలు బాగా ఇష్టపడతారు.

హాట్ కాజా

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి	:	1కిలో
కారం, ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారుచేయు విధానం

గోధుమపిండి ఒక బేసిన్‌లోకి తీసుకోవాలి. దీంట్లో ఉప్పు కారం కొద్దిగా మరిగిన నూనె కూడా వేసి తగినంత నీరు పోసి చపాతీ పిండిలా కలుపుకోవాలి. జామకాయంత ముద్దను తీసుకొని పెద్ద పీట లేదా టేబుల్ మీద గాని కొద్దిగా మందంగా పూరీలా సాదాలి. తరువాత చాకుతో అంగుళం తేడాతో అడ్డంగా నిలువుగా కోయాలి. ఒక్కొక్క ముక్క విడివిడిగా తీసుకొని ప్లేట్‌లో పెట్టుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసి స్టౌవ్ మీద పెట్టి నూనె మరిగిన తరువాత వాటిని వేసి వేయించి పక్కన పెట్టాలి. అలా మొత్తం చేయాలి. ఇవి వారం, పది రోజుల వరకు నిల్వవుంటాయి. తీ తేలికగా అయ్యే హాట్ ఇది.

ఆలూ వడ

కావలసిన పదార్థాలు

శెనగపిండి	:	1/2 కిలో
బంగాళాదుంపలు	:	1/2 కిలో

వేరుశెనగపప్పు	:	100 గ్రా.
ఎండుమిర్చి	:	15
జీలకర్ర	:	2 చెంచాలు
వెల్లుల్లి రెబ్బలు	:	20
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా వేరుశెనగపప్పు వేపి ఉంచాలి. దానికి అల్లం, వెల్లుల్లి, ఎండుమిర్చి, ఉప్పు కలిపి మిక్సీ వేసి ఉంచాలి. బంగాళదుంప ముక్కలను నూనెలో దోరగా వేపుకోవాలి. శెనగపిండిలో నీరు, కొంచెం ఉప్పు వేసి మెత్తటి పకోడిల పిండిలా కలిపి ఉంచాలి. బంగాళదుంప ముక్కల్లో వెల్లుల్లి మిశ్రమం వేసి బాగా కలిపి ముద్దలా చేయాలి. బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత ఆలు మిశ్రమాన్ని కొంచెం తీసుకుని ఉండచేసి వడలాగా వత్తి దాన్ని శెనగపిండిలో ముంచి కాగిన నూనెలో వేసి ఎర్రగా వేపి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

జాంగ్రీ

కావలసిన పదార్థాలు :

మినపప్పు	:	అరకిలో
పంచదార	:	1 కిలో
బియ్యం	:	3 స్పూన్లు
నెయ్యి	:	అరకిలో

తయారుచేయు విధానం :

బియ్యం, మినపప్పులని వేర్వేరుగా నానబెట్టి చిల్లుల పళ్ళెంలో వెయ్యాలి. తడి లేకుండా, పల్చబడనివ్వకుండా మెత్తగా రుబ్బాలి. పంచదార పాకం పట్టాలి. కొంచెం రంగుపాలల్లో కలిపి పాకం వెయ్యాలి. పళ్ళెంలో నెయ్యి వేసి కాగాక కాజాకుట్టుకున్న రుమాలులో చిన్న ముద్దలు మినపిండివేసి గట్టిగా మూటలా కట్టి నేతి వేసి దోరగా వేయించి పాకంలో వెయ్యాలి. అన్ని ఇదే మాదిరిగా చేసి పాకంలో వేసి బాగా నాననిచ్చి తియ్యాలి.

పొంగలి

కావలసిన పదార్థాలు

బియ్యం	:	60 గ్రా
పెసరపప్పు	:	60 గ్రా
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
నెయ్యి	:	6 చెంచాలు
నీరు	:	అరలీటరు
మిరియాల పొడి	:	సరిపడ
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బియ్యం, పప్పులను కలిపి శుభ్రంగా కడగాలి. వాటికి నీరు జత చేసి ఉప్పు, మిరియాల పొడి కూడా జత చేసి మెత్తగా ఉడికించాలి. మిశ్రమం ఉడికి గరిట జారుగా అవుతుంది. బాండీలో నెయ్యి వేసి కాగిన తరువాత జీలకర్ర వేసి వేపి ఆ నేతిని పొంగలికి జతచేసి బాగా కలిపి దించాలి. గోరు వెచ్చగా అయిన తరువాత తినిపించాలి.

చెక్కపకోడి

కావలసిన పదార్థములు

శెనగపిండి	:	3 డబ్బాలు
బియ్యంపిండి	:	1 1/2 డబ్బా
పచ్చిమిర్చి	:	6
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
ఉప్పు	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	రెబ్బలు
సోడా	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం

శెనగపిండి, బియ్యంపిండి శుభ్రంగా జల్లించి ఒక బేసిన్‌లో కలిపి పెట్టుకోవాలి. అల్లం, ఉప్పు, మిర్చి వేసి మెత్తగా మిక్సీ పట్టి ఒక చిన్న గిన్నెలో నూనె

రెండు గరిటెలు పోసి మరిగిన తరువాత ఆ నూనెని శనగ బియ్యం పిండి మిశ్రమంలో పోయాలి. తరువాత తీసిన రసం కూడా పోసి సోడా ఉప్పుకూడా వేసి అవసరమైనన్ని నీరు పోసి పూరీ పిండిలాగా కలుపుకోవాలి. కరివేపాకు తుంపి వేసి కలపాలి. చెక్క పకోడి చక్రము తీసుకొని నూనె రాసి ఉంచాలి.బాండీలో నూనె పోసి స్టవ్ మీద పెట్టాలి. మరిగిన తర్వాత చట్రకములో పిండి పెట్టి బాండీలో నూనె మీద ఈ చట్రము పెట్టి పిండిని చేత్తో కాస్త గట్టిగా నొక్కుతూ వేస్తుంటే చిన్న కాజాల లాగా నూనెలో పడతాయి. ఎర్రగా వేగిన తరువాత తీసివేయాలి. అలా మొత్తం పిండి చేసుకోవాలి. వారం రోజులు నిలువ ఉండే ఈ చెక్క పకోడిని అందరు బాగా ఇష్టపడతారు.

వెజిటబుల్ సూప్

కావలసిన పదార్థాలు

క్యారెట్	:	1
క్యాలీఫ్లవర్	:	1కప్పు ముక్కలు
బీన్స్	:	1/2కప్పు ముక్కలు
బంగాళదుంపలు	:	1/2 కప్పు ముక్కలు
ఉల్లిపాయ	:	1
కరివేపాకు	:	1 రెమ్మ ఆకులు
నెయ్యి	:	1 చెంచా
నీరు	:	పావు లీటరు
ఉప్పు	:	సరిపడ
మిరియాల పొడి	:	చిటికెడు
క్రీం	:	1 చెంచా
పంచదార	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా క్యారెట్ చెక్కు తీసి ముక్కలు కట్ చేయాలి. అన్ని ముక్కలను శుభ్రంగా కడిగి నీటిలో వేసి ఉడికేంత వరకూ ఉడికించాలి. తరువాత ఉడికిన ముక్కలను బాగా మెదిపి చిల్లుల పళ్ళెంలో పోసి వడగట్టి ఆ సూపును మరోసారి వేడిచేసి దించాలి. తరువాత నేతిలో ఉల్లిముక్కలు వేసి వేపి సూప్‌కి జతచేయాలి.చివరగా సరిపడ ఉప్పు, పంచదార, క్రీం, మిరియాల పొడి వేసి బాగా కలిపి గోరు వెచ్చగా అయన తరువాత పిల్లలకు తినిపించాలి. పిల్లలకు కూరగాయ

ముక్కలు ఇష్టంగా తింటే ఆ ముక్కలను మెదపకుండా అలాగే తినిపించాలి.

బిస్కెట్ పూరీ

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	2 కప్పులు
గోధుమపిండి	:	2 కప్పులు
బొంబాయిరవ్వ	:	8 కప్పులు
నెయ్యి	:	1/2 కప్పు
సోడా	:	కొంచెం
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం

అన్నీ పిండ్లను జల్లించి శుభ్రపరచి ఒక బేసిన్‌లోకి తీసుకోవాలి. నీరు పోసి పూరీ పిండికన్నా గట్టిగా ఉండేటట్లు కలుపుకోవాలి. 45 ని॥లు నాననివ్వాలి. తరువాత పీట మీద లేదా టేబుల్ మీద వేసి బాగా మర్ధించి పిండి తీసుకొని పూరీ సైజులో పూరీ కర్రతో కొద్దిగా మందంగా వొత్తుకోవాలి. ఒకమూతతో వత్తి బిళ్ళలను పక్కన పెట్టి అలా మొత్తం పిండి చేయాలి. నూనె కాగనిచ్చి దాంట్లో ఈ బిళ్ళలను వేసి ఎర్రగా వేయించి తయారుచేసిన బిస్కెట్ పూరీలు వారం రోజుల వరకు ఉంటాయి.

నట్టీ బ్రిట్టల్స్

కావలసిన పదార్థాలు :

గుడ్లు	:	1
మైదా	:	115 గ్రా॥
చక్కెర	:	55 గ్రా॥
ఉప్పు	:	కొద్దిగా
వేరుశెనగపప్పు	:	30 గ్రా॥
ఐసింగ్‌షుగర్	:	55 గ్రా॥

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిలో ఉప్పును కలిపి జల్లించండి. వెన్నలో చక్కెర వేసి క్రీమ్‌లాగ కలపాలి. దీనిలోకి కోడి గుడ్లలోని పచ్చ సొనను కూడా వేసి కలపాలి. ఇలా

తయారయిన పదార్థాన్ని ఒక పీట మీద వేసి అరచేతితో రుద్దుతూ రూళ్ళ కర్రలాగ పొడవుగా చెయ్యాలి. ఈ పెన్సిల్ ఆకారంలో ఉండే పదార్థాన్ని మీకు ఇచ్చిన ఆకారంలో మడిచిఉంచండి. దీనిని గుడ్లు తెల్లసొనలో ముంచితియ్యాలి. వేరుశెనగ పప్పులను సన్నని బద్దలుగా చేసి వాటి మీద చల్లాలి, సుమారు 200 డిగ్రీల సెల్సియస్ వద్ద 20 ని॥లుపాటు ఓవెన్‌లో బేక్ చెయ్యాలి. ఐసింగ్ షుగర్ తీసుకుని దానికి కొద్దిగా వెచ్చని నీరు కలిపి అందులో బేక్‌చేసిన వాటిని ముంచి తియ్యాలి,. ఇలా ముంచినప్పుడు ఇది పలుచగా పూతలాగా మాత్రమే ఉండాలి.

సాల్టు బిస్కెట్స్

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	4కప్పులు
వెన్న	:	200గ్రాములు
నెయ్యి	:	200 గ్రాములు
ఉప్పు	:	2 చెంచాలు
పాలు	:	3/4 కప్పు
అజవాని గింజలు	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం :

మైదా, ఉప్పు కలుపుకొని దాంట్లో అజవాని గింజలు, నెయ్యి, వెన్న వేసి బాగా కలిపి సగంపాలు కూడా పోసి కలపాలి. ముద్దగా చేసుకొని 1/2 సెం.మీ మందంగా చపాతీలా ముద్దను వత్తుకొని బిస్కెట్లులా కట్ చేసుకొని గోధుమరంగు వచ్చేంత వరకు బేక్ చేసి చల్లార్చి సీసాలో పెట్టాలి.

సాదాజింతికలు

కావలసిన పదార్థములు

శెనగపప్పు	:	1/4 కిలో
కొట్టుడు బియ్యం పిండి	:	1/2 కిలో
కారం	:	1 చెంచా
జీలకర్ర, ఉప్పు,	:	తగినంత
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారుచేయు విధానం

శెనగపప్పును నానబోసి మెత్తగా మిక్సీ లేదా రుబ్బి ఉంచుకోవాలి. ఒక బేసిన్‌లోకి తీసుకొని ఉప్పు, జీలకర్ర, కారం, బియ్యం పిండిని బాగా కలపాలి. పొడిగా వుంటే కొంచెం నీరు పోసి కలపాలి. బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత జంతికలు గొట్టం ద్వారా నూనెలోకి వొత్తి ఎర్రగా వేయించి తీసి తినటమే.

నువ్వుల బిస్కట్లు

ఇందుకు కావలసినవి :

నువ్వులు	:	300 గ్రా
మైదా	:	300 గ్రా
శనగపిండి	:	200 గ్రా
డాల్డా లేదా నెయ్యి	:	160 గ్రా
పంచదార	:	400 గ్రా
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
బేకింగ్ పౌడర్	:	10 గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

నువ్వులను ఖాళీ బాండీలో వేసి సన్నని మంట మీద కలుపుతూ వేపుకోవాలి. వేగిన వీటిని చల్లార్చి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. ఇదే విధంగా శనగపిండిని, మైదాను విడివిడిగా సన్నని మంట మీద కలుపుతూ వేపాలి. మూడింటిని ఖాళీ బేసిన్‌లో పోసి వీటికి సరిపడ ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడర్, పంచదారను కూడా మిక్సీలో వేసి పొడి చేసి ఆ పొడినిన జతచేసి అన్నీ కలిసేలా బాగా కలపాలి. ఈ పిండిని కరిగిన డాల్డా లేదా నేతితో పూరీ పిండిలా ముద్దగా కలుపుకోవాలి. ఈ పిండిని సమానంగా ఉండలు చేసి ఆ ఉండలను సాదుకోవాలి. చిన్న చిన్న బిస్కెట్ల సైజులో కట్ చేసి వాటిని బేక్ చేసుకోవాలి. లేదా వేరుశనగ బిస్కట్లలో చెప్పిన పద్ధతిలో తయారు చేసుకోవాలి.

జంతికలు

కావలసిన పదార్థములు

పచ్చిశెనగపప్పు	:	1/2 కిలో

బియ్యం	:	1కిలో
కారం	:	తగినంత
నూనె	:	1కిలో
ఉప్పు, జీలకర్ర	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం

పచ్చి శెనగపప్పు, బియ్యం శుభ్రపరచి మర పట్టించాలి. ఆ పిండిని జల్లించి ఒక బేసిన్‌లో పోసి ఉప్పు, కారం, జీలకర్ర సరిపడినంత వేసుకొని కలపాలి. గిన్నెలో రెండు, మూడు గరిటెల నూనె పోసి కాగిన తర్వాత పిండిలో పోసి కలపాలి. తరువాత తగినంత నీరు పోసుకొని పిండి కలుపుకోవాలి. బాండీలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పిండిని చక్రాల గిద్దలోకి తీసుకుని ఒత్తుకోవాలి. ఎర్రగా వేగిన తర్వాత తీసి భద్రపరచి కావలసినప్పుడు తినటమే.

క్యారెట్ హల్వా

ఇందుకు కావలసినవి :

క్యారెట్	:	1/2కిలో
పాలు	:	1 కప్పు
పంచదార	:	1/4కిలో
యాలకులపొడి	:	చిటికెడు
నెయ్యి	:	100 గ్రా
వేపిన జీడిపప్పు	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా క్యారెట్ చెక్కు తీసి తురిమి ఉంచాలి. లేదా మిక్సీ వేసి మెత్తగా చేసుకోవాలి. పాలు బాగా మరిగించి 1 కప్పు తీసుకోవాలి. బాండీలో క్యారెట్ తురుము వేసి సన్నని మంట మీద ఉంచి చెంచా కలుపుతూ బాగా వేపాలి. తరువాత పాలు పోసి మెత్తగా ఉడికించాలి, తురుము బాగా ఉడికిన తరువాత పంచదార వేసి ఉడికించాలి. మిశ్రమం ఉడికి చిక్కబడుతున్నప్పుడు నెయ్యి, జీడిపప్పు పొడి యాలకులపొడి వేసి ఒక నిమిషం పాటు ఉడికించి దించాలి. ఈ హల్వాను కొంచెం కప్పులోకి తీసి చల్లారిన తరువాత చెంచాతో కొంచెం కొంచెంగ తినిపించాలి. పుష్టికరమైన ఆహారమే కాక చక్కటి రుచి కూడా ఉంటుంది.

పన్నీర్ బజ్జీ

కావలసిన పదార్థములు

పన్నీర్	:	200గ్రా
శెనగపిండి	:	150 గ్రా॥
అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు	:	తగినంత
కారం	:	1/2 స్పూను
తినేసోడా	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

పనీర్‌ను రెండు అంగుళాల పొడవు 1 అం॥ వెడల్పు ఉండేటట్లు చాకుతో కోసి ఒక పళ్ళెంలో ఉంచాలి. గిన్నెలో శెనగపిండి అల్లం వెల్లుల్లి, ముద్ద, కారం, తినేసోడా తగినంత ఉప్పు కలిపి నీళ్ళు పోసి బజ్జీల పిండిలో ముంచి మురుగుతున్న నూనెలో వేసి ఎర్రగా వేయించాలి. ఇవి వైరైటీ బజ్జీలు దీంట్లోకి సాస్ లేదా పొదీనా చట్నీలు సర్వ్ చేయాలి. ఈ బజ్జీలు వేడి వేడిగా తింటేనే బాగుంటాయి.

క్యారెట్ హెల్దీ ఫుడ్

కావలసిన పదార్థములు

క్యారెట్	:	1/2 కిలో
పాలు	:	1/2 లీటరు
పంచదార	:	75గ్రా
నెయ్యి	:	పావుకప్పు
బాదంపప్పు	:	7
కిస్‌మిస్	:	6
కోవా	:	1/2 కప్పు
సిల్వర్ ఫాయిల్	:	1
యాలకులపొడి	:	1/2 చెంచా
జీడిపప్పు	:	4

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా క్యారెట్ చెక్కు తీసి వాటిని శుభ్రంగా కడిగి తురిమి ఉంచాలి. తరువాత పాలను మందపాటి గిన్నెలో పోసి సగం అయ్యే వరకు మరగించాలి. మరిగిన పాలలో క్యారెట్ తురుము వేసి కలుపుతూ ఉడికించాలి. పాలు ఇగిరి, క్యారెట్, తురుము ఉడికినప్పుడు పంచదార వేసి ఉడికించాలి. పంచదార కూడా నీరు అయి ఇంకి పోయేంత వరకు కలుపుతూ ఉడికించాలి. ఈ లోపల బాండీలో నెయ్యి వేసి దాంట్లో సన్నగా కట్ చేసిన బాదంపప్పు, జీడిపప్పు, కిస్‌మిస్ వేసి వేపి వాటికి యాలకులు పొడి కూడా కలపాలి. ఈ నెయ్యితో ఉన్న ముక్కలను క్యారెట్ మిశ్రమంలో వేసి ఒక నిమిషం బాగా కలిపి పొయ్యి మీద నుంచి దించాలి. దాంట్లో కోవా కలిపి వేడి వేడిగా బౌల్స్‌లో పెట్టి సర్వ్ చెయ్యాలి. ఇష్టమైన వారు ఈ ఫుడ్‌ని ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి చల్లగా సర్వ్ చెయ్యాలి. సర్వ్ చేసే ముందు పైన సిల్వర్ ఫాయిల్స్ వేసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

రవ్వ కేసరి

ఇందుకు కావలసినవి :

బొంబాయి రవ్వ	:	100 గ్రా
నీరు	:	200 మి.లీ.
కేసరి రంగు	:	1/4 చెంచా
నెయ్యి	:	50 గ్రా
యాలకులపొడి	:	చిటికెడు
పంచదార	:	100 గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాండీలో రెండు చెంచాల నెయ్యి వేసి బొంబాయి రవ్వ పోసి సన్నని మంట మీద ఉంచి లేత ఎరుపు రంగు వచ్చేంత వరకు వేపుకోవాలి. తరువాత ఈ రవ్వకి పంచదార జత చేసి ప్రక్కన ఉంచాలి. ఒక గిన్నెలో నీరు పోసి వేగనివ్వాలి. 1 చెంచా పాలలో కేసరి రంగు కలిపి మరిగిన నీటిలో కలవాలి. తరువాత ఒక చేతితో రవ్వను పోస్తూ గరిటతో ఉండలు రాకుండా బాగా కలుపుతూ ఉండాలి. మిశ్రమం ఉడికి గట్టిపడుతుండగా నెయ్యి, యాలకుల పొడి జత చేసి దించాలి. ఒక బౌల్‌లోకి తీసి కొంచెం కొంచెంగా తినిపించాలి.

కోవాతో గులాబ్ జామ్

కావలసిన పదార్థములు

కోవా	:	1కప్పు
పంచదార	:	రెండు కప్పులు
ఎసెన్స్	:	కొద్దిగా
నెయ్యి	:	రెండు కప్పులు
మైదా	:	ఒకస్పూను
మిఠాయిరంగు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

చిక్కని పాలని బాగా మరగనివ్వాలి. కాగుతున్నప్పుడు మాడకుండా కలియతిప్పుతూ ఉండాలి. పాలు గట్టిపడి ముద్దగా అయ్యాక దించి కింద పెట్టాలి. మైదాపిండిలో కొద్దిగా పేరిన నెయ్యి వేసి కలియతిప్పి ముద్దగా చేసి ఆ ముద్దని కోవా ముద్దతో కలపాలి. ఆ కలిపిన ముద్దలోంచి ఉసిరికాయలంత సైజులో ఉండలు చేసి ఉంచాలి. వెడల్పు గిన్నెలో పంచదార పోసి కాసిని నీళ్ళు పోసి లేత పాకం పట్టాలి. ఒక చెంచా పాలతో మిఠాయిరంగు చిటికెడు వేసి కలిపి దానిని పాకం దించిన తర్వాత పాకంలో కలిపి రెండు చుక్కలు రోజ్ ఎసెన్స్ వేసి కలపాలి. ఈ గిన్నెని స్టౌకి దగ్గరగా ఉంచి బాండీలో నెయ్యివేసి మరగనివ్వాలి. నెయ్యి కాగిన తరువాత కోవా ఉండలు వేసి సన్నని మంట మీద ముదురు గోధుమ రంగు వచ్చేదాక వేగనిచ్చి తీసి ప్రక్కన పాకం గిన్నెలో వేయాలి. ఇలా మొత్తం ఉండలు వేయించి పాకం గిన్నెలోకి వేయాలి. ఈ ఉండలు పాకంలో వెయ్యటంవల్ల పాకం పీల్చి మెత్తపడతాయి. అంతే వేడి వేడి గులాబ్ జామ్ రెడీ.

కాజు మైదా హల్వా

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	మూడు గ్లాసులు
పంచదార	:	మూడు గ్లాసులు
యాలకులపొడి	:	ఒక స్పూను
జీడిపప్పు	:	100గ్రాములు
నెయ్యి	:	మూడు గ్లాసులు

మిఠాయిరంగు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిలో నెయ్యివేసి కలిపి ఇడ్లీ పిండిలా కలిపి ఉంచాలి. గిన్నెలో పంచదార కొద్దిగా నీరు పోసి తీగపాకం రాగానే మైదా పిండి మిశ్రమాన్ని కొద్ది కొద్దిగా పాకంలో పోస్తూ ఉండలు కట్టకుండా బాగా కలియతిప్పాలి. తరువాత నేతిలో వేయించిన జీడిపప్పు, యాలకులపొడి, మిఠాయిరంగు వేసి బాగా కలిపి మిశ్రమం గట్టి పడిన తర్వాత స్టవ్ ఆర్పి ఒక ప్లేట్‌కి నెయ్యిరాసి ఈ మిశ్రమాన్ని ఆ ప్లేట్‌లోకి వొంపి సమానంగా చేసి చల్లార్చాలి. తరువాత ముక్కలుగా కట్ చేసుకొని తినాలి.

ప్యూర్ కోకోనట్ బిస్కెట్

కావలసిన పదార్థములు

కోకో	:	6 చెంచాలు
బాదంపప్పు	:	1కప్పు
మైదా	:	2కప్పులు
పాలు	:	1/2 కప్పు
తినేసోడా	:	1 చెంచా
వెనిలా ఎసెన్స్	:	1 చెంచా
పంచదారపొడి	:	2 కప్పులు
ఉప్పు	:	1 చెంచా
నెయ్యి	:	200 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం :

వెన్న, పంచదార కలిపి గిలకొట్టి ఉంచాలి. అలానే పాలు వెనీలా ఎసెన్స్ కలపాలి. జల్లించిన మైదాలో సోడా, కోకో, ఉప్పు, వెన్న మిశ్రమము, పాలు మిశ్రమము కూడా వేసి బాగా కలపాలి. దీంట్లో సన్నగా కట్ చేసిన బాదంపప్పులు 3/4 వంతు కలిపి 1 సెం.మీ మందంగా చపాతీలా ఒత్తుకొని రౌండుగా బిస్కెట్టులా కట్ చేసుకొని వాటి మీద పాలు, బాదంపప్పు, చల్లి ఒవెలో పెట్టి 10 నిమిషాలు అనంతరం తీసి ఆరిన తర్వాత నిల్వ ఉంచుకోవాలి.

రవ్వ తో గవ్వలు

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	అరకేజి
జీడిపప్పు, బెల్లం	:	సరిపడినంత
పాలు	:	ఒక గ్లాసు
బొంబాయి రవ్వ	:	అరకేజి
నూనె	:	అరకేజి

తయారుచేయు విధానం :

మైదా, రవ్వ, శుభ్రంచేసి ఉప్పువేసి పాలు పోస్తూ పూరీ పిండిలా కలిపి గంట నానబెట్టాలి. నానిన తర్వాత గవ్వల చెక్క మీద చిన్న ఉండలుగా చేసుకొని బోటనవేలితో నొక్కి తీసి గవ్వలు తయారుచేసుకోవాలి. పొయ్యి మీద బాండీలో నూనె కాచి గవ్వలను వేయించి పక్కన ఉంచి బెల్లంతో ముదురు పాకం చేసి తయారైన గవ్వలను దాంట్లో వేసి బాగా కలిపి ఆరనిచ్చి డబ్బాలో భద్రపరుచుకోవాలి.

జీడిపప్ప పకోడి

కావలసిన పదార్థములు

శెనగపిండి	:	1 డబ్బా
బియ్యంపిండి	:	1 డబ్బా
అల్లం, మిర్చి ముద్ద	:	1చెంచా
జీలకర్ర	:	1చెంచా
ఉప్పు, కారం	:	తగినంత
జీడిపప్పు	:	1/4కిలో
నెయ్యి	:	100గ్రా
నూనె	:	1/4కిలో

తయారుచేయు విధానం

జల్లించిన బియ్యం పిండి, శెనగపిండి ఒక బేసిన్‌లోకి తీసుకుని కలిపి అందులో అల్లంమిర్చి, ముద్ద, ఉప్పు, కారం, షోడా, జీర, జీడిపప్పు కలిపి మొత్తాన్ని నేతితో గట్టిగా కలుపుకోవాలి. బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత పకోడీల్లా వేసుకుని

ఎర్రగా వేపి పేపర్ మీద వెయ్యాలి. నూనె పీల్చితే బాగుంటాయి. వేడి వేడిగా తినాలి. పిల్లలకి పుష్టికరమైన వెరైటీ పకోడి ఇది.

డబుల్‌కా మీఠా

కావలసిన పదార్థములు

నాన్ డబుల్ రొట్టి	:	ఒకటి
పంచదార	:	అరకేజి
చిక్కని పాలు	:	అర లీటరు
సారపప్పు	:	50 గ్రాములు
కోవా	:	125 గ్రాములు
పిస్తాపప్పు	:	50 గ్రాములు
బాదం, జీడిపప్పు	:	50 గ్రాములు
నెయ్యి	:	పావుకేజి
యాలకులపొడి	:	ఒక స్పూను

తయారుచేయు విధానం :

బ్రెడ్‌ని ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. పంచదారలో కొద్దిగా నీరు పోసి గట్టి పాకం రానిచ్చి దానిలో కాగిన పాలు, కోవా వేసి బాగా కలియతిప్పాలి. తరువాత నేతిలో బ్రెడ్ ముక్కలను వేపాలి. అవి కూడా పాలలో వేసి గట్టిపడేవరకు ఉడికంచాలి. పప్పులన్నీ దోరగా వేపి పైన చల్లి సర్వ్ చేస్తే చాలా రుచిగా ఉంటుంది.

క్యారెట్ పాయసం

కావలసిన పదార్థములు

క్యారెట్	:	పావుకేజి
కష్టర్డ్ పౌడర్	:	1 స్పూను
నెయ్యి	:	రెండు టేబులు స్పూన్లు
బాదంపప్పు	:	10గ్రాములు
జీడిపప్పు	:	10గ్రాములు
యాలకులపొడి	:	ఒక టీ స్పూను
పంచదార	:	పావుకేజి
పాలు	:	ఒక లీటరు

మీగడ	:	అర కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా బాదం, జీడిపప్పులను నానపెట్టాలి. క్యారెట్స్‌ని కడిగి చెక్కు తీసి తురిమి ఉంచాలి. రెండు చెంచాలు నెయ్యి బాండీలో వేసి తురుము వేయించి తీసి దాంట్లో పాలు పోసి కుక్కర్‌లో ఐదు నిమిషాలు ఉడికించి తీసి బాండీలో పోసి, మీగడ, పంచదారవేసి కస్టర్డ్ నీటిలో కలిపి పాయసంలో వేసి సన్నని సెగలో ఒకసారి వేడి చేసి దింపాలి. పంచదార వేసిన తరువాత ఎక్కువ సేపు పొయ్యి మీద ఉంచితే పాయసం విరిగిపోతుంది.నానిన బాదం, జీడిపప్పులను సన్నగా పొడవుగా ముక్కలుగా చేసి యాలకులపొడితో పాటు పాయసంలో కలిపి చల్లార్చి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి సర్వ్ చెయ్యాలి. చల్లగా ఉంటే మంచి టేస్ట్ వస్తుంది.

కారం గవ్వలు

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	2 డబ్బాలు
కారం	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం

మైదాపిండిని జల్లించి ఒక బేసిన్‌లోకి తీసుకోవాలి. దాంట్లో కారం,ఉప్పు వేసి బాగా కలిపి చిన్న గిన్నెలో రెండు గరిటలు నూనె మరగనిచ్చి పోయాలి. తగినంత నీరు పోసుకుని పూరీ పిండి గట్టిగా కలుపుకోవాలి.తరువాత చిన్న ఉసిరికాయంత ముద్దలు చేసి గవ్వల చెక్క మీద హొత్తుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత ఈ గవ్వలను వేసి ఎర్రగా వేపుకుని తీసి నిల్వ ఉంచుకోవచ్చు.

గవ్వలు

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి (లేదా) మైదాపిండి	:	అరకేజి
నూనె	:	అరకేజి
డాల్డా	:	100గ్రాములు

బెల్లం	:	అర కేజి
తినే సోడా	:	ఒక స్పూను
యాలక్కాయల పొడి	:	అర స్పూను

తయారుచేయు విధానం :

పిండి శుభ్రంగా జల్లించుకొని ఉంచాలి. పిండిలో సోడా ఉప్పు కలిపి డాల్డాని మరగపెట్టి పిండిలో పోయాలి. అది పొంగుతుంది. ఆ పిండిని చపాతి పిండిలాగా కలుపుకోవాలి. ఒక గంట నానపెట్టి చిన్న చిన్న వుండలుగా చేసుకొని వాటిని గవ్వల పీట మీద బొటన వేలితో నొక్కి రుద్ది లాగితే గవ్వ లాగా వస్తుంది. అట్లా పిండంతా చేసుకొని బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తరువాత సరిపోయినన్ని బాండీలో వేసి దోరగా వేయించి ప్రక్కన పెట్టాలి. అలా మొత్తం చేసుకొని ఉంచాలి. గిన్నెలో బెల్లం తరిగి పోసి తగినన్ని నీళ్ళు పోసి పాకం రానిచ్చి తీగ పాకం వచ్చిన తరువాత వేయించిన గవ్వలను పోసి దానికి యాలకులపొడి వేసి ఆపకుండా కలియతిప్పాలి. చల్లారిన తరువాత వాటిని విడదీయ్యాలి. రుచికరమైన గవ్వలు రెడీ.

ఇక పిండి చపాతీలాగానే కొంచెం మందంగా చేసి చాకుతో నిలువుగా కోయాలి. తరువాత అడ్డంగా కోస్తే చిన్న చిన్న డైమెండ్ ఆకారం గల బిళ్ళలు వస్తాయి. వాటిని నూనెలో వేయించి గవ్వలకి పట్టినట్లు పాకం పట్టి తయారు చేసుకోవాలి.

బటర్ నాన్

ఇందుకు కావలసినవి :

మైదాపిండి	:	3 కప్పులు
పాలు	:	1 కప్పు
పెరుగు	:	1 $^1/_2$ చెంచాలు
వెన్న	:	2 $^1/_2$ చెంచాలు
డ్రైడ్ ఈస్ట్	:	3/4 చెంచా
నువ్వులు	:	1 $^1/_2$ చెంచాలు
గసగసాలు	:	1 $^1/_2$ చెంచాలు
పంచదార	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా మైదాను శుభ్రంగా జల్లించి ప్రక్కనే ఉంచాలి. కాచి చల్లార్చిన పాలలో ఈస్ట్, పంచదార వేసి బాగా కలిపి 20 నిమిషాల పాటు ప్రక్కన ఉంచాలి. మైదాలో పెరుగు, వెన్న, ఉప్పు, పాల మిశ్రమం పోసి బాగా కలిపి ముద్దగా చేసి తడిగుడ్డ కప్పి పదినిమిషాల పాటు నాననివ్వాలి. ఈస్ట్ కలపటం వల్ల పిండి ఉబ్బుతుంది. ఉబ్బిన పిండిని బాగా నలిపి చిన్న చిన్న ఉండలు చేసుకొని పొడి బట్ట మీద 10 నిమిషాలు ఉంచాలి. ఒక్కొక్క ఉండను త్రికోణపు ఆకారంలో వొత్తుకోవాలి. ఒక చెంచా నేతిలో నువ్వులు, గసగసాలు కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని సాదిన చపాతీ మీద వ్రాయాలి. ఇదే విధంగా మిగతా వాటిని సాది నువ్వుల మిశ్రమాన్ని వ్రాయాలి. వీటిని ఓవెన్‌లో 5 నిమిషాలు బేక్ చేసి గ్రిల్‌లో 2 నిమిషాలు పెట్టాలి. తరువాత తీసి సర్వ్ చెయ్యాలి. ఓవెన్ లేకపోతే పెనం మీద కాల్చుకున్న బాగుంటాయి.

చంద్రకళ

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	500గ్రా
పచ్చికోవా	:	100గ్రా
పంచదార	:	1కిలో
కిస్‌మిస్,జీడిపప్పు	:	50గ్రా
యాలకులు	:	10గ్రా
నెయ్యి	:	100గ్రా
బేకింగ్ పౌడర్	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	కొంచెం
పచ్చి కొబ్బరి కోరు	:	100గ్రా

తయారుచేయువిధానం :

మైదాపిండిలో ఉప్పు, బేకింగ్ పౌడర్ కలిపి జల్లించి దానికి నెయ్యి కలిపి కొంచెం నీరు పోసి చపాతీ పిండిలా కలిపి 15 నిమిషాలు నాననివ్వాలి. పచ్చికోవా, కొబ్బరికోరు, 100గ్రాములు పంచదార, కిస్‌మిస్, జీడిపప్పు, చిన్న ముక్కలు, యాలకులు పొడి అవి కలిపి ఉంచాలి. మెత్తగా నానిన మైదా ముద్దను చిన్నచిన్న ఉండలుగా చేసి వాటిని అప్పడాల కర్రతోపూరీలాగా వత్తి దాని మధ్యలో కోవా

మిశ్రమాన్ని1 చెంచా పెట్టి అంతే సైజులో మరోకటి పూరీలాగా చేసి చుట్టూ రెండింటికి తడిరాసి ఒక దానికి మరొకటి పెట్టి చివర్లు గట్టిగానొక్కి అతికించి చుట్టుతా కొద్దిగా మడత పెట్టాలి. నూనెని ఎక్కువగా కాగనియ్యకుండా సన్నని మంట మీద దోరగా వేపాలి. ఈ లోపు పంచదారతో పాకం రెడీ చేసుకుని ఈ వేగిన వాటిని పాకంలో ముంచి తీసి ఆరిన తర్వాత సర్వ్ చెయ్యాలి. ఇవే మధ్యకి కూడా మడతపెట్టి చేసుకోవచ్చు.

కొబ్బరి హల్వా

కావలసిన పదార్థములు

కొబ్బరికాయలు	:	2
కిస్మిస్	:	కొంచెం
జీడిపప్పు	:	అరకప్పు
సన్నని బియ్యం	:	అరకిలో
నెయ్యి	:	అరకిలో
యాలకులపొడి	:	పావు చెంచా
పంచదార	:	అరకిలో

తయారుచేయు విధానం :

కొబ్బరిని కోరి ఉంచాలి. నేతిలో జీడిపప్పు, కిస్మిస్ దోరగా వేపాలి. రెండు గంటలు నానపెట్టిన బియ్యాన్ని కడిగి మెత్తగా రుబ్బి అందులో కొబ్బరిని కూడా వేసి రుబ్బి ఉంచాలి.పంచదార తీగపాకం వచ్చేలా చేసుకొని దానిలో రుబ్బిన కొబ్బరి బియ్యం ముద్ద, యాలకులపొడి వేసి గట్టిగా అయిన తర్వాత నెయ్యి వేసి కిందకి దింపాలి. పళ్ళానికి నెయ్యి రాసి తయారు చేసుకున్న మిశ్రమాన్ని పోసి దానిపైన నేతిలో వేపిన జీడిపప్పు, కిస్మిస్ వేయాలి. అంతే కొబ్బరి హల్వ రెడీ.

కొబ్బరి గుల్లల గులాబ్ జామ్

కావలసినపదార్థములు

బియ్యం	:	అర కేజి
నెయ్యి	:	అర కేజి
తినేసోడా	:	ఒక స్పూను
యాలకులపొడి	:	ఒక స్పూను

కొబ్బరి చిప్పలు	:	నాలుగు మీడియం సైజువి
పంచదార	:	అర కేజి

తయారుచేయు విధానం :

బియ్యం నానబెట్టాలి. కొబ్బరి తురిమి రెండూ కలిపి మెత్తగా రుబ్బాలి. గారెల పిండిలా మెత్తగా గట్టిగా రుబ్బి ఉంచాలి. పంచదారలో తగినన్ని నీళ్ళు పోసి పొయ్యి మీద పెట్టి పాకం రానివ్వాలి. అది అలా వుంచి యాలకుల పొడి, తినే సోడా రెంటిని రుబ్బిన మిశ్రమంలో కలిపి బాండీలో నెయ్యి కాగనిచ్చి చిన్న చిన్న వుండలుగా వేసి నెయ్యిలో వేపాలి. వేగగానే తీసి పాకంలో వెయ్యాలి. గులాబ్‌జామ్స్‌లా పాకాన్ని బాగా పీల్చి తినటానికి రుచిగా ఉంటాయి.

గరం గరం వెరైటీ సమోసా

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	500గ్రా
కండెన్స్‌డ్ మిల్క్	:	100గ్రా
పిస్తాపప్పు	:	50గ్రా
బాదంపప్పు	:	50గ్రా
కిస్‌మిస్	:	50గ్రా
యాలకులపొడి	:	1/2 చెంచా
మిరియాల పొడి	:	1/2 చెంచా
పచ్చి బఠాణి	:	1/2 కప్పు
ఉల్లిముక్కలు	:	1 కప్పు
బంగాళదుంపలు	:	2 పెద్దవి
నూనె	:	1/4 కప్పు
నెయ్యి	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	2

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బంగాళాదుంపలను ఉడికించి పొట్టు తీసి మెత్తగా ఎనిపి

ఉంచాలి. ఉల్లిపాయలను చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసుకుని ఉంచాలి. కొత్తిమీర శుభ్రంగా కడిగి ఉంచాలి. బాదం,పిస్తా, కిస్‌మిస్‌లను సన్నని ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. మైదాని జల్లించి డిష్‌లో పోసి తగినంత నీరు పోసి పూరీ పిండిలా కలుపుకొని ప్రక్కన ఉంచాలి. పొయ్యి మీద బాండీ పెట్టి నెయ్యి వేసి బాదం, పిస్తా, కిస్‌మిస్ వేసి వేపి తీయాలి.మిగిలిన నేతిలో నూనె కలిపి కాగిన తర్వాత గ్రీన్‌పీస్ వేసి వేపాలి. వీటికి బంగాళదుంపల గుజ్జు, కండెన్స్‌డ్ మిల్క్ కలిపి వేపాలి.వేగిన వీటికి ఉప్పు, మిరియాలపొడి, కొత్తిమీర, పచ్చిమిర్చి మరియు ఉల్లి ముక్కలు వేసి 2 నిమిషాలు సన్నని మంట మీద ఉంచి గరిటతో కలుపుతూ వేపాలి. అన్నీ వేగిన తరువాత నేతిలో వేయించి ఉంచిన బాదం, పిస్తా, కిస్‌మిస్‌లు, యాలకుల పొడి వేసి బాగా కలిపి పొయ్యి మీద నుంచి దించాలి. కలిపి ఉంచిన మైదాను చిన్న చిన్న ఉండలు చేసి పూరీల సైజులో సాదాలి. ఒక్కొక్క దాన్ని మధ్యకి కోసి ఒక్కొక్క ముక్కలో కొంచెం కూర పెట్టి సమోసా ఆకారంలో మడవాలి. ఇలా అన్నింటిని తయారుచేసుకోవాలి. పిండి ఎండిపోకుండా పల్చటి తడిగుడ్డను వాటి మీద వేసి ఉంచాలి. తరువాత బాండీలో ఎక్కువ నూనె పోసి సరిపడ సమోసాలు వేసి ఎర్రగా వేపి తీసి వేడి వేడిగా ఏదైనా చట్నీ లేదా సాస్‌తో సర్వ్ చేయాలి.

పాలక్ రోటి

ఇందుకు కావలసినవి :

గోధుమపిండి	:	1 డబ్బా
పాలకూర	:	2 కట్టలు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
నూనె	:	1 చెంచా
పాలు	:	1/4 కప్పు
నెయ్యి	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా గోధుమపిండిని జల్లించి ఉప్పు కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. పాలకూరను శుభ్రంగా కడిగి సన్నగా కట్ చేసి కొంచెం నీరు కలిపి మెత్తగా ఉడికించాలి.ఉడికిన కూరను పిండిలో వేసి, పాలు, నూనె జతచేసి కూరను ఉడికించి నీటితో పిండిని ముద్దగా కలుపుకోవాలి. ఈ పిండిని పావుగంట పాటు నాననివ్వాలి. తరువాత చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసి బియ్యంపిండిలో పొర్లించి చపాతీ లేదా

పూరీలలాగా సాదుకోవాలి. ఒక్కొక్క దాన్ని కాలిన పెనం మీద వేసి నెయ్యి రాస్తు రెండు వైపులా ఎర్రగా కాల్చి తీయాలి.

రవ్వలడ్డు

కావలసిన పదార్థములు

బొంబాయి రవ్వ	:	ఒక కేజి
నెయ్యి	:	ఒక గిన్నె
పాలు	:	కొంచెం
యాలక్కాయపొడి	:	రెండు చెంచాలు
కొబ్బరికాయలు	:	రెండు
పంచదార	:	ఒకటిన్నర కేజి
జీడిపప్పు	:	తగినన్ని

తయారుచేయు విధానం :

బొంబాయి రవ్వ జల్లించి బాండీలో దోరగా వేయించిపెట్టుకోవాలి. కొబ్బరికాయను పగలకొట్టి కొబ్బరి కోరి బాండీలో దోరగా వేపాలి. తరువాత బేసిన్‌లో వేపిన బొంబాయి రవ్వ, కొబ్బరికోరు, యాలకులపొడి, వేపిన జీడిపప్పు పంచదారని వేసి నెయ్యివేసి బాగా కలిసేలా కలపాలి. తరువాత కొద్దిగా పాలు ముద్ద అయ్యేలా పోసి కావలసిన సైజులో ఉండలు కట్టుకోవాలి. పంచదార పంటి క్రింద తగులుతుందనుకుంటే పంచదారని మిక్సీ వేసి పొడి కలుపుకుంటే ఇంకా రుచిగా ఉంటుంది.

రసగుల్లా

రసగుల్లా గులాబ్‌జామ్‌లా తీగపాకం పట్టండి రుచిగా చక్కగా వస్తాయి.

కావలసిన పదార్థములు

పాలు	:	అర లీటరు
సన్నని గోధుమ రవ్వ	:	అర చెంచా
పంచదార	:	పావు కేజి

తయారుచేయు విధానం :

ఉప్పు లేదా నిమ్మరసం లేదా చింతపండు రసం కానీ వేసి పాలని

విరగ్గొటాలి రసగుల్లా చేయాటానికి మూడు గంటలు ముందే విరగొట్టి ఉంచాలి. ఈ విరిగిన పాలని పల్చటి బట్టలో వడకట్టాలి. మూటని చేతితో పిండకుండా మేకుకి వ్రేలాడదీయాలి. అరగంట ఉంచాలి. నీళ్ళు బాగా కారిపోయిన తరువాత ఆ ముద్దను ఒక గిన్నెలోకి తీసుకొని అందులో 1 చెంచా గోధుమ రవ్వని బాగాకలిసేట్టు కలపాలి. బాగా దగ్గరగా ముద్ద లాగా చేసి మూతపెట్టి ఉంచాలి. అలా మూడు గంటలు ఉంచాలి. పంచదారను 3 భాగాలుగా చేసి ఒక భాగాన్ని గిన్నెలో పోసి తగినంత నీరుపోసి లేతపాకం పట్టాలి. ఈ పాకంలో కొద్దిగా ఎసెన్స్ కలపాలి పక్కన ఉంచిన పాల విరుగుడు ముద్దని బాగా పిసికి కావలసిన సైజు ఉండలుగా చేసుకొని ఉంచాలి. పొయ్యి మీద ఎక్కువ వెడల్పుగా ఉన్న బాండీ పెట్టి దానిలో మిగిలిన రెండు వంతుల పంచదారని పోసి తగినన్ని నీళ్ళు పోసి మరగనిచ్చి పాకం బాగా ముదురుగా వచ్చేంతవరకు ఉంచాలి. బాగా ముదిరి ఉడికిన ఈ పాలలో పాలవిరుగుడు ఉండలను కొంచెం దూర దూరంగా వేసి ఒక 10 ని॥లు ఉడకనివ్వాలి. ఉండ వుడికిందీ లేనిదీ తెలియటానికి గరిటతో ఉండ తీసి చేతుల్లో విప్పదీసి చూస్తు లోపల ఉడకని పాలు విరుగుడు తెల్లగా కనిపిస్తుంది. సన్నని గరిటతో తిరగేసి ఒక్కొక్క వుండనీ 10 నిమిషాలు ఉడకనివ్వాలి. ఉడికిన రసగుల్లాలని పాకంలోంచి తీసి విడిగా లేతపాకం పట్టి ఉంచుకున్న గిన్నెలోకి తీయాలి. అనగా రసగుల్లాలు పాకంతో ఉడికి మళ్ళీ లేత పాకంలో వేయటం వల్ల గులాబ్ జామ్లాగా తేలుతూ వుంటాయి. బాండీలోని పాకం ఒక్కొక్క వాయి తీస్తున్న కొద్దీ చిక్కబడుతూ ఉంటుంది. అప్పుడు కాసిని నీళ్ళు చల్లి పాకాన్ని మళ్ళీ తెర్లనిచ్చి ఆ ఉడుకుతున్న పాకంలో ఉండలు వేసి ఉడకనివ్వాలి. ఉండలు ఏ మాత్రం చితికి పోకుండా జాగ్రత్తగా చేసుకోవాలి.

ఆలూ పోస్తొ బేక్

కావలసిన పదార్థాలు

బంగాళదుంపలు	:	1/2 కే.జీ
టమాటాలు	:	2
గసగసాలు	:	100 గ్రా
గరంమసాలా	:	తగినంత
ఉల్లిపాయలు	:	125 గ్రా
నల్లమిరియాలు	:	కొన్ని
పెరుగు	:	1 టే.స్పూన్
ఉప్పు	:	తగినంత

పసుపు	:	తగినంత
కారం	:	తగినంత
నెయ్యి	:	తగినంత
బిరియాని ఆకులు	:	3

తయారుచేయు విధానం

ఉల్లిపాయలు మిక్సీ వేయాలి. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలు నూనెలో ఫ్రై చేయాలి. గసగసాలు నానపెట్టి మిక్సీ చేసి నేయిలో వేయించాలి. ఇప్పుడు పాన్‌లో నేయి వేడిచేసి, బిరియానిఆకు, జీలకర్ర వేయించి ఉల్లిపాయ గ్రేవీ వేసి వేయించాలి. ఇందులో పసుపు, ఉప్పు, ఎండుకారం, టమాటా గ్రేవీ వేసి బాగా ఫ్రైచేయాలి. ఇందులోనే పెరుగువేసి బంగాళాదుంపలని పాన్‌లో ఫ్రై చేయాలి. అవసరమైతే నీళ్ళు వాడవచ్చు.

కారపూస

కావలసిన పదార్థములు :

బియ్యంపిండి	:	500 గ్రా
శనగపిండి	:	250గ్రా,
వాము	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారు చేయు విధానం :

ముందుగా బియ్యంపిండిని, శనగపిండిని జల్లెడ పట్టుకోవాలి. వాముని రాళ్ళు లేకుండా శుభ్రం చేసి బియ్యంపిండిని, శనగపిండిని ఒక్కటిగా కలిపి అందులో వాముని చేర్చి, కాగపెట్టిన నూనెని అందులో పోసి ముద్దగా కలుపుకోవాలి. కారపూస గిద్దలో ఈ పిండిని పెట్టి మరుగుతున్న నూనెలో వత్తితే తీగలుగా పడుతుంది. 1 నిమిషం సన్నని మంటమీద వేపి తగు మంట పెంచి సరిపడ వేపి తీయాలి.

కలాకండ

ఇందుకు కావలసినవి :

పాలు	:	1 లీటరు

పంచదార	:	1/2 కిలో
నిమ్మ ఉప్పు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా పాలను మందంగా ఉన్న గిన్నెలో పోసి కాగనివ్వాలి. కాగిన పాలలో నిమ్మ ఉప్పు వేసి విరగొట్టాలి. విరిగిన పాలలో ఉండలు ఉండలు లేకుండా మెదిపి ఉంచాలి. మందపాటి గిన్నెలో పంచదార పోసి సరిపడ నీరు పోసి పొయ్యి మీద పెట్టి సన్నని మంట మీద మరిగించాలి. పంచదార కరిగి లేతపాకం వచ్చేంతవరకు ఉడికించాలి. లేతపాకము వచ్చిన తరువాత విరిగినపాలను కలిపి కొంచెం గట్టిపడే వరకు ఉడికించాలి. కొద్దిగా లోతు ఉన్నా పళ్ళానికి పల్చగా నెయ్యి రాసి పాల మిశ్రమాన్ని పోసి అంతా సమానంగా చేసి బాగా ఆరనివ్వాలి. ఆరిన తరువాత ముక్కలు కట్ చేసి పిల్లలకు ఇవ్వాలి.

చెకోడీలు

కావలసిన పదార్థములు :

బియ్యంపిండి	:	అరకిలో
పెసరపప్పు	:	1/4 కిలో
తినేసోడా	:	చిటికెడు
కారం	:	1/2 టీ స్పూను
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా పెసరపప్పుని నీళ్ళలో నానపెట్టుకోవాలి. ఒక గంట తరువాత శుభ్రంగా కడిగా నీటిని వడగట్టి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఈ పిండిని బియ్యం పిండిలో వేసి తినేసోడాని, ఉప్పుని, కారంని మరగపెట్టిన అరకప్పు నూనెని వేసి బాగా కలియపెట్టాలి. మరగపెట్టిన నీళ్ళతో ఈ పిండిని ముద్దలా కలుపుకోవాలి. అరగంట సేపు నానిన తరువాత చిన్న గోళీకాయంత పిండిని తీసుకొని దానిని అరచేతిలో వేసుకుని రెండవచేతి వ్రేళ్ళతో ఆ పిండిని పుల్లలాగా, సన్నగా, పొడవుగా చేసి ఆ చివరా ఈ చివరా కలిపి గుండ్రంగా రింగులా చేసి పెట్టుకోవాలి. (లేకపోతే కారపూస గిద్దలతో ఒకబెజ్జం వున్న బిళ్ళని ఉపయోగించి రొట్టెల పీట మీద పొడవుగా నొక్కి

చాకుతో అంగుళం ముక్కలు కోసుకుని ఆ ముక్కల్ని గుండ్రంగా చేసుకోవచ్చు కూడా) అలా చేసుకున్న తరువాత బూర్లె మూకుడులో నూనెని పోసి అది కాగిన తరువాత రెడీగా వున్న వుంగరాలని కొంచెం కొంచెంగా వేసి దోరగా వేయించుకుంటే చేకోడీలు తయారైనట్లే. డబ్బాలో వేసుకుని మూతపెట్టుకుంటే చాలా రోజులు నిల్వ వుంటాయి.
నోట్ : ఏ జంతికలయినా బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి 4 గంటలు నానపెట్టి వడగట్టి ఆరబోసి బాగా ఆరిన తరువాత బియ్యం పిండి పట్టించి ఆ పిండిని వాడాలి.

పొటాటో బ్రెడ్‌రోల్స్

కావలసిన పదార్థములు

బ్రెడ్ స్లయిసెస్	:	12
బంగాళదుంపలు	:	250 కిలో
అల్లం ముక్కలు	:	1 చెంచా(సన్ననివి)
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	2 చెంచాలు (సన్ననివి)
కారం	:	1 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
దానిమ్మగింజల పొడి	:	1చెంచా
మసాలాదినుసులు పొడి	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బంగాళదుంపలను ఉడకబెట్టి పొట్టుతీసి బాగా ఎనిపి ఉంచాలి. దీనిని ఒక బౌల్‌లో వేసి కారం, ఉప్పు, ధనియాల పొడి, దానిమ్మగింజలపొడి, మిరియాలపొడి, మసాలా దినుసులు పొడి, పచ్చిమిర్చి, కొత్తిమీర, అల్లం ముక్కలు, గరంమసాలా వేసి బాగా కలిపి ఉంచాలి. రెండు చొప్పున స్లైయిస్‌లను నీటిలో ముంచి 1/2 నిమిషం తరువాత తీసి ఒక కవర్ చేసి రెండింటిని కలిపి రోల్ చెయ్యాలి.
ఇలా అన్ని తయారు చేసుకుని కాగిన నూనెలో వేసి ఎర్రగా వేపి తియ్యాలి. వీటికి సర్వింగ్ ప్లేట్‌లో పెట్టి టొమోటా సాస్‌తో వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

వెజ్‌కట్‌లెట్

కావలసిన పదార్థములు

ఉడికంచి గుజ్జు చేసిన ఆలు	:	2 కప్పులు

క్యారెట్ తురుము	:	1/2 కప్పు
ఉల్లిముక్కలు	:	1/4 కప్పు
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1 చెంచా
అల్లం వెల్లుల్లి	:	1 చెంచాడు పేస్టు
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
బఠానీ	:	2 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1 చెంచా
పుదీనా	:	1 చెంచా
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	2 చెంచాలు
బ్రెడ్ పౌడర్	:	1/2 కప్పు వేపటానికి
నూనె	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా బాండీలో నూనె వేసి కాగనివ్వాలి. బౌల్‌లో బంగాళదుంప గుజ్జు, క్యారెట్ తురుము, బఠానీ, ఉల్లిముక్కలు, ఉప్పు, కారం, పొదీనా, కార్న్‌ఫ్లోర్, కొత్తిమీర, గరంమసాలా, అల్లం వెల్లుల్లిపేస్టు, పచ్చిమిర్చిముక్కలు వేసి అన్నింటిని కలిసేలా బాగా కలపాలి. వాటిని లవ్ షేప్స్‌లో ప్రెస్ చేసి బ్రెడ్ పౌడర్‌లో పొర్లించి ప్రక్కన ఉంచాలి. నూనె కాగిన తరువాత కట్‌లెట్స్‌ని వేసి ఎర్రగా వేపుకోవాలి. వేడి వేడిగా వీటిని టొమోటా సాస్‌తో సర్వ్ చెయ్యాలి.

రోజీ ఫ్లవర్స్

ఇందుకు కావలసినవి :

పంచదార	:	250 గ్రా
మైదాపిండి	:	250 గ్రా
నూనె	:	250 గ్రా
డాల్డా/నెయ్యి	:	50 గ్రా
కోడిగుడ్డు సొన	:	1/2 కప్పు
గులాబీ పూలు	:	2 (కాడతోసహా)

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా ఒక పాత్రలో పంచదారని, నీళ్ళని కలిపి స్టవ్ మీద అడుగంటకుండా తీగపాకం పట్టుకోవాలి. తరువాత మూకుడుని (బాండీని) స్టవ్ మీద పెట్టి నూనె పోసి సన్నటి సెగమీద మరగనివ్వాలి. ఈ లోపల మైదాపిండిని కోడిగ్రుడ్డు సొనని, డాల్డాని తగినన్ని నీళ్ళని కలిపి పలుచగా కలుపుకోవాలి. నూనె కాగగానే గులాబీ పూలని నూనెలో కాల్చి తీసుకోవాలి. తరువాత రెడీగా వుంచిన పిండిలో గులాబీ కాడని ముంచి మరిగే నూనెలో క్షణంసేపు వుంచాలి. అలా వుంచితే గులాబీ కాడకి వున్న పిండి గులాబీ షేపులో నూనెలో జారుతుంది. ఇలా ఒక్కసారే ఐదారు వేసుకుని ఎర్రగా కాల్చిన తరువాత తీసి పంచదార పాకంలో వేసి వుంచాలి. పాకంలో ఎంతసేపు వుంచితే అంత ఎక్కువగా పాకాన్ని పీలుస్తాయి. గులాబీ పువ్వులు కొంచెం వెరైటీగ ఉండే స్వీట్ ఇది.

వెజ్ శాండ్‌విచ్

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటా సన్నని పీసెస్	:	1/2 కప్పు
కీర సన్నని ముక్కలు	:	1కప్పు
పెప్పర్	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	చిటికెడు
వెన్న	:	3 చెంచాలు
పంచదార పొడి	:	1/2 చెంచా
బ్రెడ్ స్లయిసెస్	:	4

తయారుచేయు విధానం

ఒక బౌల్‌లో టొమోటా, కీర, పెప్పర్, వేసి బాగా కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. రెండూ చెంచాల వెన్నలో పంచదార పొడి వేసి బాగా మిక్స్ చేసి ప్రక్కన ఉంచాలి. బ్రెడ్ స్లయిసెస్‌ని వెన్న వేసి టోస్ట్ చెయ్యాలి. ఒక స్లయిస్ మీద పంచదార కలిపిన వెన్న రాసి దానిమీద టొమోటా కీరపిసెస్ వేయాలి. ఇంకొక స్లయిస్‌కి ఒకవైపు వెన్న రాసి దానిని కీర ముక్కల మీద పెట్టాలి. రెండు తయారుచేసి టొమోటా సాస్‌తో సర్వ్ చెయ్యాలి.

బేబికార్న్-65

కావలసిన పదార్థములు

బేబికార్న్	–	2 ముక్కలు
వెల్లుల్లి ముక్కలు	–	3
శనగపిండి	–	2 స్పూన్లు
పచ్చిమిర్చి	–	ముక్కలు
మైదా	–	2 స్పూన్లు
కరేపాకు	–	కొంచెం
కార్న్‌పిండి	–	2
కొత్తిమీర	–	కొంచెం
ఉప్పు,కారం	–	తగినంత
ఉల్లికాడలు	–	కొంచెం
టమాటాసాస్	–	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బేబికార్న్ ముక్కలుగా చేసి ఉప్పు నీళ్ళలో ఉడికించాలి. వాటిని వార్చి అందులో, శెనగ, మైదా, కార్న్‌పిండి, ఉప్పు,కారం వేసి నూనెలో వేయించాలి. అన్నీ వేయించిన తరువాత వెల్లుల్లి, మిర్చి, కరేపాకు తాలింపు వేసుకోవాలి. చివరలో సాస్ వేసి, కొత్తిమీర, ఉల్లికాడలు వేసి గార్నిష్ చేయాలి. జూ వీటిని గ్రీన్ చట్నీ-టమాటాసాస్ వేసుకుని తింటే ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది.

రా పీనట్ స్నాక్

కావలసిన పదార్థములు :

వేరుశెనగ గుండ్లు	:	1కప్పు
జీలకర్ర	:	4 చెంచాలు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
కొబ్బరితురుము	:	1/2 కప్పు
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
పచ్చిమిర్చి	:	2 చెంచాల పీసెస్

కొత్తిమీర	:	3 చెంచాల తరుగు

తయారుచేయు విధానం :

వేరుశనగ గుండ్లు, ఉప్పు కలిపిన నీటిలో 2 విజిల్స్ వచ్చేంతవరకు కుక్కర్‌లో ఉడికించాలి. తరువాత నీరంతా వార్చి ప్రక్కన ఉంచాలి. ఈ లోపల ప్యాన్‌లో నూనె పోసి కాగనివ్వాలి. ఈ నూనెకి జీలకర్ర వేసి వేపాలి. వేగిన వీటికి పచ్చిమిర్చి, అల్లం పేస్టు, కొబ్బరి తురుము వేసి కలిపి వేయాలి. అల్లం మిశ్రమం వేగిన తరువాత ఉడికించిన శనగగుండ్లు సరిపడ ఉప్పు వేసి పైన కొత్తిమీర చల్లి దించి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

బాసుంది

కావలసిన పదార్థములు :

పంచదార	:	150 గ్రా
చిక్కటిపాలు	:	1/2 లీటరు
యాలకులపొడి	:	1/4 స్పూను
జీడిపప్పు	:	25 గ్రా.
బాదంపప్పు	:	కొంచెం
కిస్‌మిస్	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా ఒక వెడల్పాటి గిన్నెలో పాలని పోసి స్టవ్‌ని వెలిగించిపెట్టి సన్నని సెగమీద మీగడ రాకుండ మరగనివ్వాలి. మీగడ పాలు రెండూ కలిసి పోయేలా కాచాలి. కాగినంతసేపు గరిటతో తిప్పుతూ వుండాలి. పాలు ఎర్రగా అయ్యేవరకూ కాగనివ్వాలి. గరిట జారే విధంగా చిక్కని మజ్జిగలాగా కాగనివ్వాలి. పాలు చిక్కబడ గానే పంచదారని వేసి ఇంకొద్దిసేపు కలియపెట్టాలి. పంచదార కరుగుతున్నకొద్దీ పాలు పలుచబడతాయి. కాబట్టి మరో ఐదు నిమిషాలు పొయ్యి మీద వుంచి క్రిందకు దించి యాలకులపొడిని, జీడిపప్పుని, కిస్‌మిస్‌ని కలియబెట్టి బాదంపప్పుని చల్లుకుంటే బాసుంది తయారైనట్లే.

టొమోటో పన్నీర్

కావలసిన పదార్థములు

పన్నీర్ పీసెస్	:	1/2 కప్పు
పాలు	:	3/4 కప్పు
ఉల్లిపాయ పేస్టు	:	2 1/2 చెంచాలు
అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1 చెంచా
టొమోటా రసం	:	1/4 కప్పు
పంచదార	:	1 చెంచా
బటర్	:	1/2 చెంచా
మెంతిఆకులు	:	1 చెంచా
పసుపు	:	చిటికెడు
నూనె	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
కారం	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

ప్యాన్‌లో నూనె, బటర్ వేసి కాగనివ్వాలి. కాగిన నూనెలో వెల్లుల్లి, పేస్టు బాగా కలుపుతూ వేపాలి. తరువాత పసుపు, కారం, టొమోటా రసం వేసి కలుపుతూ వేపాలి. నూనె బయటికి వచ్చేంత వరకు వేపి చివరగా మెంతి ఆకులు, పాలు, పంచదార, పన్నీరు పీసెస్, సరిపడ ఉప్పు వేసి సిమ్‌లో ఉంచి 3 నిమిషాలు ఉడికించి దించాలి.

పన్నీర్ న్యూడిల్స్

కావలసిన పదార్థాలు

న్యూడిల్స్	:	1కప్పు
నూనె	:	తగినంత
ఉల్లిపాయలు	:	1
ఉల్లికాడ	:	1కట్ట
బేబికార్న్	:	10 గ్రా
మిరియాలపొడి	:	1/4టే.స్పూన్

క్యారెట్,బీన్స్	:	
పన్నీర్	:	10గ్రా
కొత్తిమీర	:	తగినంత
పెసలు,మొలకలు	:	10గ్రా
ఉప్పు	:	తగినంత
రెడ్‌చిల్లీసాస్	:	2టేస్పూన్స్
టమాటాసాస్	:	2టే.స్పూన్స్

తయారుచేయు విధానం

గిన్నెలో కొన్ని నీళ్ళు తీసుకుని అందులో మూడు ఆయిల్ చుక్కలు, నూడిల్స్ వేసి ఉడికించి చల్లార్చి వుంచుకోవలి.కళాయిలో నూనె వేసి వేడయ్యాక ఉల్లిపాయలు, ఉప్పు, మిరియాలపొడి, రెడ్ చిల్లీసాస్, టమాటా సాస్ వేసి సన్నని సెగన ఉడికించాలి. క్యారెట్, బీన్స్, పన్నీర్, పెసలు,బేబికార్న్, ఉల్లికాడలు, న్యూడిల్స్ వేసి అయిదునిమిషాలు సన్నని సెగపై ఉడికించాలి.చివరలో కొంచెం కొత్తిమీరతో గార్నిష్ చేయాలి.

అటుకుల కర్రీ ఫ్రై స్నాక్

కావలసిన పదార్థములు

అటుకులు	:	2కప్పులు
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1చెంచా
పచ్చిశనగపప్పు	:	1/2 చెంచా
ఛాయమినపప్పు	:	1/2 చెంచా
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
జీలకర్ర		1/4 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
కరివేపాకు	:	4 ఆకులు
నూనె	:	3 చెంచాలు
ఎండుమిర్చి	:	ఒకటి

తయారుచేయు విధానం :

రెండు కప్పుల నీరుని కాగనివ్వాలి. ప్యాన్ పెట్టి నూనె వేసి కాగనివ్వాలి. కాగిన నూనెలో పచ్చిశనగపప్పు 10 సెకండ్లు వేపాలి. వాటికి ఛాయమినపప్పు ఆవాలు, జీలకర్ర, పచ్చిమిర్చి, కరివేపాకు ఎండుమిర్చి ముక్కలు వేసి అరనిమిషం వేపాలి. వీటికి ఉల్లిముక్కలు వేసి 1 నిమిషం కలుపుతూ ఎర్రగా వేపుకోవాలి. వేగిన ముక్కలకి కాగిన నీరు పోసి ఉప్పు వేసి కలిపి అటుకులు వేసి మూతపెట్టి ఉడికించాలి. 3 నిమిషాలలో అటుకులు ఉడుకుతాయి. కలిపి దించి సర్వింగ్ ప్లేట్లలో పెట్టి ఏదైనా సాస్‌తో వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

బాదం పాయసం

కావలసిన పదార్థాలు :

పాలు	:	1 లీటరు
బాదంపప్పు	:	50 గ్రా
పంచదార	:	50 గ్రా
చారపప్పు	:	2 చెంచాలు
పసుపురంగు	:	చిటికెడు
కుంకుమపువ్వు	:	చిటికెడు
యాలకులపొడి	:	1/4 చెంచా

తయారుచేయు విధానం:

ఒక పాత్రలో ముప్పావు లీటరు పాలని పోసి స్టవ్ మీద మరగనివ్వాలి. మిగతా పావు లీటరు పాలని ప్రక్కన వుంచుకోవాలి. పాలు మరిగేలోపుల నానపెట్టి వుంచిన బాదంపప్పు పొట్టుని తీసి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ముద్దని తీసి ఒక ప్లేట్లో పెట్టుకోవాలి. మిక్సీకి అంటుకుని వున్న దాన్ని కడిగి ముద్దలో కలుపుకోవచ్చు. మరుగుతున్న పాలలో ఈ బాదంపప్పుని వేసి పంచదారని కూడా వేసి కలియపెట్టుతూ వుండాలి. రెండు పొంగులు వచ్చాక దించి, ప్రక్కన పెట్టి వుంచిన పావు లీటరు పచ్చిపాలని పోసి, యాలకుల పొడిని, పచ్చి కర్పూరంని, కుంకుమపువ్వుని, చారపప్పుని వేసి కలపాలి. గాలి వాటంగా పెట్టి బాగా ఆరనివ్వాలి. ఆరిన తరువాత ఫ్రిజ్‌లో పెట్టుకుని తింటే ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది.

తర్బూజా ఛాట్

కావలసిన పదార్థములు

గట్టిపండు	:	1కిలో
మిరియాలు	:	ఆరు
శొంఠి	:	ఒక చిన్నముక్క
నల్ల ఉప్పు	:	5 గ్రా॥
ఉప్పు	:	5గ్రా॥
చక్కెర	:	50గ్రా॥

తయారుచేయు విధానం :

పండును ముక్కలుగా తరిగి, ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లగా చెయ్యాలి. మసాలాలు, చక్కెర కలిపి గ్రైండ్ చేసి ముక్కల మీద జల్లి టూత్ పిక్ లేదా ఫోర్క్‌తో సర్వ్ చెయ్యాలి.

కోకోనట్ చాప్స్

కావలసిన పదార్థములు

ఉడికించిన బంగాళాదుంపలు–		100 గ్రా
పన్నీర్	:	50 గ్రా
బ్రెడ్	:	10 గ్రా
క్యాప్సికమ్	:	50 గ్రా
పచ్చిగ్రీన్ పీస్	:	50 గ్రా
తురిమిన కొబ్బరి	:	2 టే.స్పూన్‌లు
కొత్తిమీర, తరిగిన మిర్చి	:	10గ్రా
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	1టే.స్పూన్
నిమ్మరసం	:	1టేస్పూన్
ఉప్పు,మిరియాలు	:	తగినంత
నెయ్యి	:	10 గ్రా

తయారుచేయు విధానం

2టే.స్పూన్‌ల నూనె లేక నేయి వేడిచేసి దానిలో ఉల్లిముక్కలు వేసి వేయించాలి. దానిలో గ్రీన్‌పీస్ వేయించి, నీళ్ళు పోసుకుని బాగా అవి ఇనికేలాగా ఉడికించాలి. దీనిలో పన్నీర్, పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, మిరియాలు వేసుకోవాలి. వీటి చివరి వరకూ ఫ్రై చేసి వాటిని చల్లార్చాలి. వీటిలో కొత్తిమీర, క్యాప్సికమ్, తురిమిన కొబ్బరి, నిమ్మరసం, వేసి కలపాలి. బంగాళాదుంప ముద్దలో ఉప్పు వేసుకోవాలి. బంగాళాదుంప ముద్ద కొంచెం తీసుకుని అందులో ఫ్రై చేసిన కూర స్టప్ చేసి, కార్న్‌ఫ్లోర్ నీళ్ళలో ముంచి బ్రెడ్ క్రంచెస్‌లో ముంచి డీప్ ఫ్రై చేయాలి. సాస్‌తో సర్వ్ చేయండి.

పన్నీర్ పరోటాలు

కావలసిన పదార్ధములు

గోధుమపిండి	:	300గ్రా
పన్నీర్	:	100గ్రా
అల్లం	:	3/4 చెంచా
పేస్టు పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	సరిపడ
ఉల్లిముక్కలు	:	1/2 కప్పు
నూనె	:	2 చెంచాలు
నెయ్యి	:	వేపటానికి సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

బేసిన్ లేదా బౌల్‌లో జల్లించిన గోధుమపిండి పోసి ఈ పిండిని కొంచెం ఉప్పు, 1 చెంచా నూనె వేసి తగనింత నీరు పోసి పూరీ పిండిలా కలుపుకోవాలి. పన్నీర్‌ని తురిమి ఉంచాలి. ఉల్లిముక్కలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు కూడా ప్రక్కన ఉంచాలి. బాండీలో 1 చెంచా నూనె వేసి కాగిన తర్వాత జీలకర్ర, ఇంగువ, ఉల్లిముక్కలు పచ్చిమిర్చి వేసి ఎర్రగా వేపి వాటికి కొద్దిగా ఉప్పు, మిరియాలపొడి వేసి కలపాలి. అరనిమిషం తరువాత తురిమిన పన్నీర్ వేసి 2 నిమిషాలు వేపి ఈ మిశ్రమాన్ని తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. పిండిని చిన్న చిన్న ముద్దలుగా చేసి వీటిలో పన్నీర్ మిశ్రమాన్ని కూరి మళ్ళీ పిండితో మూసివేసి వాటిని పల్చగా సాదాలి. సాదిన వాటిని పెనం మీద నెయ్యితో కాల్చి వేడి వేడి కర్రీతో సర్వ్‌చెయ్యాలి.

చంద్రకాంతలు

ఇందుకు కావలసినవి :

పెసరపప్పు	:	250 గ్రా
పంచదార	:	250 గ్రా
నెయ్యి	:	250 గ్రా
జీడిపప్పు	:	2 చెంచాల ముక్కలు
యాలకులు	:	8 కుంకుమపువ్వు : చిటికెడు
పచ్చికొబ్బరితురుము	:	2 కప్పులు
కిస్‌మిస్	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా పెసరపప్పుని గంటవరకు నీళ్ళలో నానపెట్టి శుభ్రంగా కడిగి వడగట్టాలి. నీరంతా వడిచిన తరువాత పప్పుని రోట్లో వేసి మెత్తగా రుబ్బు కోవాలి. పెసరట్లకి రుబ్బినట్లుగా పిండిని రుబ్బుకోవాలి. ఒక గిన్నెలోకి పిండిని చేర్చి కొబ్బరి తురుము ఆ పిండిలో వేయాలి. పంచదారని కలిపి స్టవ్‌మీద పెట్టి సన్నని సెగమీద అడుగంటకుండా గరిటతో కలియపెట్టుతుండాలి. అరగంట గడిచేసరికి పంచదార పాకంగా మారి, పెసర పిండిలోని నీరంతా ఆవిరి అయి గట్టిపడుతుంది. నేతిలో వేయించిన జీడిపప్పుని, కిస్‌మిస్‌ని వేసి కలపాలి. కుంకుమపువ్వుని కూడా వేసి క్రిందకు దించాలి. తరువాత తెల్లటి మందపాటి గుడ్డని నీటిలో తడిపి పిండాలి. ఆ తడి బట్టని పీటమీద సాఫీగా పరిచి ఆ గుడ్డ మీద పెసర పిండిని పోసి పలుచగా వత్తాలి. పిండి చల్లారిన తరువాత చాకుతో డైమండ్స్‌లాగాగానీ, బిస్కెట్లలాగాగానీ కోసుకోవచ్చు. కోసిన ముక్కల్నితీసి ప్రక్కన పెట్టుకోవాలి. తరువాత బాండీలో నెయ్యి పోసి కాగాక, కోసి వుంచిన బిళ్ళల్ని వేసి కాలిస్తే పొంగి గుల్లగా ఉంటాయి. వీటిని మరీ ఎర్రగా కాలనివ్వకుండా గోధుమరంగులో వేగనిచ్చి తీసి బౌల్‌లో వేసుకోవాలి.

సాస్ట్ ఫ్రెంచ్ బీన్స్

కావలసిన పదార్థములు

ఫ్రెంచ్ బీన్స్	:	1కప్పు
బీన్ స్ప్రౌట్స్	:	1/2 కప్పు

బటర్	:	3 చెంచాలు
నూనె	:	2చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ
మిరియాలపొడి	:	చిటికెడు
సోయాసాస్	:	1/2 చెంచా
వెల్లుల్లి	:	3/4 చెంచా పేస్టు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా బీన్స్ ఉడికించి వార్చి ఉంచాలి. ప్యాన్ పెట్టి బటర్ వేసి కాగిన తర్వాత నూనె కూడా వేసి కాగనివ్వాలి. ఆ నూనెకి వెల్లుల్లి పేస్టు కొన్ని సెకండ్లు వేపాలి. వేగిన వెల్లుల్లికి ఉడికించిన ఫ్రెంచ్ బీన్స్, బీన్ స్ప్రౌట్, సోయాసాస్, మిరియాలపొడి, తగినంత ఉప్పు వేసి బాగా మిక్స్ చేసి టొమోటో సాస్‌తో వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

గోబీ-65

కావలసిన పదార్థములు

శనగపిండి	:	3 కప్పులు
ఉప్పు	:	తగినంత
మైదా	:	2కప్పులు
కారం	:	తగినంత
కార్న్ పిండి	:	2 కప్పులు
ఎర్రరంగు	:	చిటికెడు
కాలీఫ్లవర్	:	1
టమాటాసాస్	:	

వెల్లుల్లిముక్కలు సన్నగా తరగినవి
కరేపాకు–పచ్చిమిర్చి– పొడుగుగా తరిగినవి

తయారుచేయు విధానం

కాలీఫ్లవర్‌ని ముక్కలుగా కట్ చేసి పైన చెప్పిన పిండులు నీళ్ళుపోసి కలపాలి. ఇందులో ఉప్పు, కారం, ఎర్రరంగు వేసుకోవాలి. జారుగా కలుపుకోవాలి. నిండు నూనెలో పకోడీలాగా వేయించి ఒక ప్లేట్‌లో పెట్టుకోవాలి. మళ్ళీ ఒక పాన్‌లో

1 స్పూన్ నూనె వేడిచేసి, వెల్లుల్లిముక్కలు, పచ్చిమిర్చి, కరేపాకు వేయించి ఈ పకోడీలన్నీ వేసి కలపాలి. అప్పుడు వీటిమీద టమాటాసాస్ వేస్తే వెల్లుల్లి ముక్కలు అన్నీ పకోడికి అంటుకుని బాగుంటుంది. పకోడీ మెత్తగా రావటానికి చిటికెడు సోడా వేసుకోవచ్చు.

బాదం బర్ఫీ

కావలసిన పదార్థములు :

బాదంపప్పు	:	250 గ్రా
నెయ్యి	:	1 1/2 కప్పులు
పంచదార	:	1/2 కిలో
వెనిల్లా ఎసెన్సు	:	5 చుక్కలు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాదంపప్పుని నీటిలో నానపెట్టాలి. ఈ పప్పు బాగా నానిన తరువాత పొట్టుని తీసివేసి మిక్సీలోవేసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. తరువత ఒక గిన్నెలో పంచదారని పోసి స్టవ్‌మీద పెట్టి లేతపాకం వచ్చే వరకూ ఆగి అందులో రుబ్బుకుని వుంచిన బాదంపప్పు ముద్దని వేసి గరిటతో బాగా కలియపెట్టాలి. కలిపేటప్పుడు కొంచెం కొంచెం నెయ్యిని పోస్తూ పాకం గట్టిపడేవరకూ స్టవ్‌మీదనే సన్నటి సెగమీద వుంచాలి. నెయ్యి రాసి రెడీగా వుంచిన పళ్ళెంలో ఈ పాకంని పోసి సమానంగా సర్దాలి. బాదంబర్ఫీ తయారైనట్లే. వేడిమీద వెండిరేకుని అతికించి చల్లారిన తరువాత చాకుతో ముక్కలు కోసుకుంటే మంచి లుక్‌తో ఉండి పిల్లలకి బాగా ఇష్టంగా తింటారు.

ఇంట్లోనే పిజ్జాలు

పిజ్జాలంటే చాలు పిల్లలు ఫాస్ట్‌ఫుడ్ సెంటర్లకి పరుగులు పెడతారు. చూడగానే నోరూరించే రకాన్ని ఎంచుకుని తినేసివచ్చేస్తుంటారు. ఇంట్లో కూడా పిజ్జాలాంటి వెరైటీలను తయారుచేసుకోవచ్చును.

కావలసిన పదార్థములు:

అటుకులు	:	1కప్పు
మినప్పపప్పు	:	రెండు కప్పులు
బియ్యం	:	5 కప్పులు

టమాటాలు	:	ఒకటి
ఉల్లిపాయ	:	ఒకటి
మొలకెత్తినపెసలు	:	ఒక కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	నాలుగు
కారం	:	ఒకస్పూను
ఉప్పు	:	అరస్పూను
నూనె	:	కొద్దిగా
కొత్తిమీర	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

ముందురోజు ఉదయాన్నే అటుకులు, బియ్యం,మినప్పప్పు నానపెట్టి సాయంకాలం వాటిని శుభ్రంగా కడిగి, దోశెలపిండి మాదిరిగా రుబ్బుకోవాలి. పెసలను నీళ్ళలో నానపెట్టి సాయంత్రం శుభ్రంగా కడిగి, జల్లెడలో పోస్తే మొలకలు వస్తాయి. టమాటాను కోసి, గుజ్జును తీసేసి, చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోయాలి. ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిరపకాయలను చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి. రుబ్బిన మిశ్రమంలో తరిగిన టమాటాముక్కలను, ఉల్లి, పచ్చిమిరపకాయ, కొత్తిమీర ముక్కలలో సగం పిండిలో కలుపుకోవాలి. ఉప్పు,కారం,వాము కూడా కలిపి పెనంమీద రెండు చెంచాల నూనె వేసి పిండి వేసి దానిపైన మొలకెత్తిన పెసలు, మిగిలిన ఉల్లి, టమాటా ముక్కలు వేసి, అట్టుపై గరిటెతో ముక్కలు అదమాలి. పెనంమీద లోతుగా ఉన్న పళ్ళెం మూతపెట్టి 5 నిమిషాలు సన్నని సెగమీద ఉడకనివ్వాలి. కాస్తంత వెన్న దాని మీద వేసి కొబ్బరి చట్నీతో తింటే చాలా బాగుంటుంది.

ఆవిరి కుడుము

కావలసిన పదార్థములు:

మినప్పప్పు	:	1/2 డబ్బా
నెయ్యి	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా మినప్పప్పును 5 గంటల పాటు నానపెట్టాలి. తరువాత శుభ్రంగా పొట్టంతా పోయేలా బాగా కడగాలి. వాటిని నీటిలోంచి తీసి వెట్ గ్రైండర్‌లో

వేసి మెత్తగా ఇడ్లీ పిండిలా పలుచగా కాకుండా కొంచెంగా గట్టిగా ఉండేటట్లుగా రుబ్బుకోవాలి. గ్రైండ్ చేసేటప్పుడు నీరు మరీ ఎక్కువగా ఉపయోగించకూడదు. ఆవిరి కుడుముకు వేసేప్లేట్లలో ఈ పిండిని వేసి ఇడ్లీ కుక్కర్‌లో పెట్టి ఉడికించాలి. ఉడికిన తరువాత తీసి వాటి మీద నెయ్యి రాసి ఏదన్నా చట్నీ లేదా పంచదారతో పిల్లల ఇష్టప్రకారం తినిపించాలి.

బొబ్బట్లు

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదా	:	కేజీ
బెల్లం	:	కేజీ
ఏలకులు	:	20 గ్రా॥
నూనె	:	అరకేజీ
నెయ్యి	:	100 గ్రా॥
విస్తరాకు	:	1
శెనగపప్పు	:	అరకిలో

తయారుచేయు విధానం :

ఏలకులు పొడి కొట్టాలి. సెనగపప్పు నీట్లో నానబెట్టి ఉడికించి వార్చాలి. బెల్లం, శెనగపప్పు కలిపి ఏ మాత్రం పలచబడనివ్వకుండా మెత్తగా రుబ్బాలి. మైదాని పూరీపిండిలా చేసి నూనె కలిపి నాననివ్వాలి. ఏలకులు కలిపి శెనగపప్పు, బెల్లంని చిన్న చిన్న వుండలు చెయ్యాలి. విస్తరాకుపై నెయ్యి రాసి మైదాపిండి చపాతీలో వుండలను పెట్టి ఒత్తుకోవాలి. స్టౌపై పెనం పెట్టి ఒక్కొక్కటి వేయించి తీసి నెయ్యి వేసుకుని తింటే బొబ్బట్లు భలే రుచిగా వుంటాయి.

కొబ్బరి లౌజు

కావలసిన పదార్థాలు :

కొబ్బరికాయలు	:	4
బెల్లం	:	1కిలో
నెయ్యి	:	100 గ్రా॥
జీడిపప్పు	:	పావుకప్పు
ఏలకులు	:	10

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా కొబ్బరి కాయలు కొట్టి కోరుకోవాలి. జీడిపప్పు వేయించుకోవాలి. ఏలకులు పొడి కొట్టుకోవాలి. బెల్లం పాకం పట్టి కొబ్బరికోరు పొడి, జీడిపప్పు, నెయ్యి వేసి పొయ్యి మీద పెట్టి బాగా కలిపి దించాలి. పళ్ళెమునకు నెయ్యిరాసి యీ కొబ్బరి లౌజు పళ్ళెములో సర్ధి ఆరాక ముక్కలు కోసుకోవాలి.

మైసూర్‌పాక్

కావలసిన పదార్థాలు :

పంచదార	:	అరకిలో
నెయ్యి	:	1కిలో
తినేసోడా	:	1 స్పూన్
శెనగపిండి	:	అరకేజీ

తయారుచేయు విధానం :

పంచదారలో నీళ్ళు పోసి పాకం పట్టాలి. పాకం తయారవుతుండగా కాచిన నెయ్యి కొంచెం పాకంలో వేసి కలిపి, శెనగపిండి వెయ్యాలి. ఉడుకుతున్న పిండిలో కొంచెం నెయ్యి వెయ్యాలి. కొంచెం సేపటికి నెయ్యంతా ఇగిరి బాగా ఉడుకుతుంది. దింపే ముందు సోడా వేసి కలిపి దించాలి.పళ్ళెంలో యీ పాకం పిండి సమానంగా ఒత్తాలి. ఆరిన తర్వాత ముక్కలు కోసి, తడితగలని డబ్బాలో వేయాలి.

బెంగాలీ స్వీట్

కావలసిన పదార్థాలు :

పంచదార	:	200 గ్రా
పెసరపప్పు	:	పావుకిలో
పాలు	:	పావులీటర్
కోవా	:	అరకప్పు
మిఠాయిరంగు	:	కొద్దిగా
జీడిపప్పు	:	10
కిస్మిస్	:	10

బాదంపప్పు	:	10
ఏలకులు	:	5
నెయ్యి	:	100 గ్రా
కుంకుమపువ్వు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం :

బాదంపప్పు నానబెట్టి తొక్కలు తీసి చీరాలి. జీడిపప్పు, కిస్మిస్ నేతిలో వేయించాలి. పాలు, ఎర్రగా కాయాలి. కోవా సిద్ధం చేసుకుని వుంచాలి. పెసరపప్పు రుబ్బాలి. గిన్నెలో నెయ్యి వేసి కాయాలి. రుబ్బి ఉంచిన పెసరపప్పు పిండిని వెయ్యాలి. పాలు, పంచదార వేసి బాగా కలపాలి. అవి బాగా ఉడికాక కోవా వేసి బాగా కలిపి జీడిపప్పు, ఏలకులు, కిస్మిస్, మిఠాయిరంగు, కుంకుమపువ్వు వేసి బాగా కలపాలి. పళ్ళెంలో యీ స్వీట్ వేసి బాదంపలుకులు వేసి ముక్కలు కొయ్యాలి.

తాటిరొట్టె

కావలసిన పదార్థాలు :

బియ్యపురవ్వ	:	పావుకేజీ
తాటిగుజ్జు	:	పావుకేజీ
గుడ్డు	:	1
చక్కెర	:	పావుకేజీ
కొబ్బరికోరు	:	అరకప్పు
నూనె	:	50 గ్రా
ఏలకులపొడి	:	పావు టీ స్పూన్
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

పైన చెప్పిన వన్నీ ఓ గిన్నెలో వేసి బాగా కలపాలి. మరో గిన్నెలోనూనె వేసి అది కాగాక పై మిశ్రమం వేసి ఉడికించాలి పావు గంట తర్వాత దించి చల్లార్చాలి. ఇప్పుడు వీటిని చిన్నచిన్న ముక్కలు కొయ్యాలి.

మరమరాలు, దాల్‌తో మసాలా

కావలసిన పదార్థములు

మొలకెత్తిన పెసలు	:	2 కప్పులు
మొలకెత్తిన గోధుమలు	:	1/2 కప్పు
మొలకెత్తిన పీనట్స్	:	1/2 కప్పు
బంగాళదుంపలు	:	2 (పెద్దవి)
టొమోటాలు	:	4 (పెద్దవి)
ఉల్లిపాయలు	:	4 (పెద్దవి)
పచ్చిమిర్చి	:	4
హాట్‌చట్నీ	:	సరిపడ
స్వీట్ చట్నీ	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు తరుగు
మరమరాలు	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	సరిపడ

స్వీట్ చట్నీ, హాట్ చట్నీల తయారీ దాల్ క్లాసిక్ తయారీలో తెలుసుకున్నాం.

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పెసలు, గోధుమలు, నట్స్‌ను ఉప్పు వేసిన నీటిలో హాఫ్ బాయిల్డ్ చేసి నీటిని వార్చి ప్రక్కన ఉంచాలి. బంగాళదుంపను ఉడికించి తొక్కు తీసి సన్నగా కట్ చేసుకోవాలి. ఉల్లిపాయల తొక్కు తీసి సన్నగా కట్ చేసుకోవాలి. టొమోటాలు, పచ్చిమిర్చిలను కూడా సన్నగా కట్ చేయాలి. బౌల్‌లో పెసలు, గోధుమలు, నట్స్, ఉల్లి, టొమోటా ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి, బంగాళదుంప ముక్కలు, సరిపడ ఉప్పు, రెండు రకాల చట్నీలను వేసి బాగా మిక్స్ చెయ్యాలి. సర్వ్ చేసే ముందు మరమరాలు పోసి కలిపి బౌల్స్‌లో పెట్టి పైన కొత్తిమీర చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి. పిల్లలకి ఈ మసాలా రుచితోపాటు బలాన్ని కూడా ఇస్తుంది. మరమరాలు లేకుండా అయిన సర్వ్ చేయవచ్చు.

ఇష్టమైనవారు బాయిల్డ్ ఎగ్ వైట్ పీసెస్ కూడా కలిపి సర్వ్ చేయవచ్చు.

టొమోటో ఆమ్లెట్

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటోలు	:	100గ్రా
కస్టర్డ్ పౌడర్	:	రెండు గరిటెలు
దోశెలపిండి	:	1 గరిటెలు
ఉప్పు	:	తగినంత
మిర్చి	:	మూడు
అల్లం	:	10గ్రా
మిరియాలపొడి	:	1/4 చెంచా
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
నూనె	:	50గ్రా

తయారు చేయు విధానం

రుబ్బిన మినప్పిండిలో పసుపు, కస్టర్డ్ పౌడర్ కలపాలి. కొద్దిగా నీరు పోసి అట్ల పిండిలా తయారు చేసుకుని దాంట్లో ఉప్పు, మిరియాల పొడి సన్నగా తరిగిన అల్లం ముక్క లేదా అల్లం పేస్ట్ కలిపి పెనం కాగిన తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని అట్టులాగా పోసి దానిమీద పచ్చిమిర్చి, టొమోటో సన్నని ముక్కలు, కొత్తిమీర ముక్కలు కూడా వేసి నూనె మూడు చెంచాలు వేసి కాలిన తర్వాత తిరగేసి కాల్చి తర్వాత వేడి వేడిగా తినాలి.

తీపి గారెలు

ఇందుకు కావలసినవి :

మినప్పప్పు	:	1 డబ్బా
నూనె	:	1/2 కిలో
సోంపు	:	1 చెంచా
యాలకులపొడి	:	1 చెంచా
మిఠాయిరంగు	:	చిటికెడు
పంచదార	:	1 డబ్బా

తయారుచేయు విధానం:

ముందు మినప్పప్పును నాలుగు గంటలపాటు నాననివ్వాలి. తరువాత శుభ్రంగా పొట్టంతా పొయ్యేలా కడిగి నీరంతా వార్చాలి. నానిన పప్పును వెట్ గ్రైండర్‌లో వేసి మెత్తగా కొంచెం గట్టిగా రుబ్బుకోవాలి. ఈ పిండికి సోంపు జతచేసి అంతా కలిసేలా బాగా కలపాలి. ఒక గిన్నెలో పంచదార పోసి దానికి ఒక గ్లాసు నీరు జతచేసి సన్నని మంట మీద ఉంచి తీగపాకం రానివ్వాలి. యాలకుల పొడి, మిఠాయిరంగు కలపాలి. ఈ లోపల బాండీలో నూనెపోసి కాగిన తరువాత గారెల పిండిని కొంచెం కొంచెం తీసి చిల్లి గారెలుగా కావలసిన సైజులో చేసి కాగిన నూనెలో వేసి దోరగా వేయించాలి. మరీఎర్రగా వేపకూడదు. వేగిన వీటిని పంచదార పాకంలో వేయాలి. మిగతా వాటిని కూడా ఇదేవిధంగా చేసి తరువాత తీసి ప్లేటులో పెట్టి ఇవ్వాలి.

మిల్క్‌తో బ్రెడ్

కావలసిన పదార్థములు

పాలు	:	1 కప్పు
బ్రెడ్ స్లయిసెస్	:	2
పంచదార	:	1 చెంచా

తయారు చేయు విధానం :

ముందుగా కాచిన పాలలో పంచదార కలిపి కరిగించాలి. ఆ పాలు గోరువెచ్చగా అయిన తరువాత బ్రెడ్ స్లయిసెస్‌కు చిన్న పీసెస్‌గా కట్ చేసి ఆ పాలలో వేసి ఐదు నిమిషాల నాననివ్వాలి. తరువాత చెంచాతో ఒక్కొక్క ముక్కను తీసి తినిపించాలి.బ్రెడ్‌కి చుట్టూతా ఉన్న కాలిన భాగాన్ని తీసివేసి మిగతాది ముక్కలు కట్ చేసి నానపెట్టాలి. కాలిన భాగాన్ని కలిపితే చేదుగా అనిపించి పిల్లలు తినటానికి ఇష్టపడరు.

రవ్వ దోశె

కావలసిన పదార్థాలు :

బొంబాయి రవ్వ	–	1/4 డబ్బా
మైదా	–	1/4 డబ్బా

నూనె	:	1 కప్పు
బియ్యంపిండి	:	1 డబ్బా
జీలకర్ర	:	1 చెంచా
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
అల్లం, మిర్చి (3 చెంచాలవి)	:	సన్నని ముక్కలు
ఉల్లి ముక్కలు	:	2 కప్పులు
క్యారెట్ తురుము	:	1 కప్పు కొబ్బరి
తురుము	:	1 కప్పు
మిర్చి ముక్కలు	:	1 చెంచా

పొయ్యి దగ్గరికి వెళ్ళేముందు రెడీ చేసుకోవలసినవి :

ముందుగా గిన్నెలో రవ్వ, మైదా, బియ్యంపిండిలను శుభ్రపరచి పొయ్యాలి. వీటికి జీలకర్ర, ఉప్పు జతచేసి తగినన్ని నీరు పోసుకుని పల్చగా (మరీ నీరులా కాకుండా) కలుపుకోవాలి. అల్లం, మిర్చి, ఉల్లి ముక్కలు తరగాలి లేదా క్యారెట్, కొబ్బరి తురిమి ఉంచాలి. పిండిని 1 గంట నాననివ్వాలి.

తయారీ విధానం :

పొయ్యి వెలిగించి పెనం పెట్టి పెనం కాలిన తరువాత తడి గుడ్డతో శుభ్రంగా తుడిచి సన్నని మంట మీద పెట్టి పెనానికి నూనెను పల్చగా స్పూనుతో సమానంగా రాయాలి. పిండిని గరిటతో పెనానికి చివరలనుంచి పోసుకుంటూ రావాలి. పల్చగా వేసి సన్నని మంట మీద ఉంచి అల్లం, మిర్చి, కొత్తిమీర, ఉల్లిముక్కలు (లేదా) ముందుగా కొంచెం క్యారెట్ తురుము, తరువాత కొబ్బరి తురుము చల్లాలి. రెండు నిమిషాల పాటు సన్నని మంట మీద ఉడికించి మంట పెంచాలి. అట్టు కాలిన తరువాత జాగ్రత్తగా తిరగతిప్పి మళ్ళీ రెండు నిమిషాల పాటు చిన్నమంట మీద ఉడికించాలి. తరువాత పెద్దమంట మీద పెట్టి ఎర్రగా వేగిన తరువాత జాగ్రత్తగా తీసి ప్లేటులో వేసుకోవాలి. వీటి తయారీకి ఎక్కువ సమయం పట్టినా చాలా రుచిగా ఉంటాయి. ఏదైనా కొబ్బరి చట్నీ, అల్లం చట్నీలతో సర్వ్ చేయాలి. తొందరగా అవ్వాలి అనుకుంటే ముక్కలు ఏమీలేకుండా అయినా అట్టుపోసుకుని తయారు చేసుకోవచ్చు.

టొమోటా జామ్

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటో రసం	:	1లీటరు
పంచదార	:	1 కిలో
నిమ్మకాయలు	:	ఆరు

తయారుచేయు విధానం :

టొమోటో రసం, పంచదార కలిపి ఉడకపెట్టి చిక్కగా అయిన తర్వాత నిమ్మరసం పిండి కొంచెం సేపు ఉడకనిచ్చి గట్టిపడిన తర్వాత సీసాలో పోసి చల్లార్చి వాడాలి.

శాండ్‌విచ్

కావలసిన పదార్థములు

బ్రెడ్	:	2 పీసెస్
కీరతురుము	:	4 చెంచాలు
క్యారెట్ తురుము	:	2 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
వెన్న	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం :

బ్రెడ్‌ను చుట్టు తీసి క్రాస్‌గా కట్ చేసి ఉంచాలి. కీర క్యారెట్ తురుముకి ఉప్పు కలిపి నీళ్ళు పిండి దానికి సన్నగా తరిగిన కొతిత్మఈర కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని ఒక బ్రెడ్ ముక్క మీద చాకుతో పలుచగా రాసి దాని మీద మరొకటి పెట్టి తయారు చేసుకొని సర్వ్ చేయాలి.

సలాడ్ క్యాప్రస్

కావలసిన పదార్థములు

రెడ్‌పెప్పర్ (బెల్ పెప్పర్)	:	1
ఎల్లో పెప్పర్	:	1
క్యాప్సికమ్	:	1

ఉల్లిపాయ	:	1
డ్రెస్సింగ్ కి, నూనె	:	3 చెంచాలు
వెనిగర్	:	1 చెంచా
పైనాపిల్ జ్యూస్	:	1 చెంచా
పంచదార	:	అరచెంచా
వైట్ పెప్పర్	:	అరచెంచా
ఉప్పు	:	కొంచెం

అతిసన్నగా కట్ చేసిన కొత్తిమీర : 1చెంచా

తయారుచేసే విధానం :

ముందుగా రెడ్ పెప్పర్‌ని మధ్యకి కట్‌చేసి లోపల గింజలు అంతా తీసి వేసి 1 అంగుళం ఫ్లాట్ ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. ఇదే విధంగా మిగతా ఎల్లోపెప్పర్, క్యాప్సికమ్, ఉల్లిపాయలను కూడా కట్ చేసుకోవాలి. అన్నీ ఒకే విధంగా కట్ చేసుకోవాలి. ఒక బౌల్‌లో డ్రెస్సింగ్‌కి తీసుకున్న అన్నింటిని వేసి పంచదాన కరిగేంత వరకు బాగా కలపాలి. తరువాత కట్ చేసిన పీసెస్ వేసి వాటికి మిశ్రమాన్ని బాగా పట్టించాలి.ఒక గాజు బౌల్‌లో క్యాబేజి ఆకులు పరచి వాటి మీద జ్యూస్ రాకుండా ముక్కలని మాత్రమే వేసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

వెనిల్లా బన్

కావలసిన పదార్థములు :

మైదా	:	115 గ్రా
వెన్న	:	50 గ్రా
గుడ్లు	:	2
పాలు	:	ఒకటిలేదా రెండు చెంచాలు
బేకింగ్‌పౌడర్	:	1/4 స్పూన్
వెనిలా	:	1/4 స్పూన్

తయారుచేయు విధానం :

కోడిగుడ్లను పగలకొట్టి సొన అంతా ఒక పాత్రలోకి తీసుకోండి. దీనిని చెంచాతో గిలక్కొట్టి దానికి చక్కెర జతచేసి బాగా కలపండి. దీనిలో వెన్నని కూడా వేయండి. ఈ మిశ్రమాన్ని అంతటిని సమానంగా కలిసే లాగా కలపాలి. మైదా

పిండిలో బేకింగ్ పౌడర్‌ను కలిపి, రెంటినీ జల్లించి శుభ్రపరుచుకోవాలి. దీనిలో వెనిలా ఎసెన్స్‌ని కూడా కలపండి. చిన్న చిన్న గిన్నెలను తీసుకుని లోపలబయటనూనెరాసి వాటిలోకి ఈ పదార్థాన్ని సర్దండి. ది 200 డిగ్రీల సెంటీగ్రేడ్ వద్ద 15నుంచి 20 ని॥లు వరకు బేక్ చేయండి.

గోధుమ పిండితో అట్టు

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమ పిండి	:	1/2 గ్లాసు
బియ్యంపిండి	:	1 గ్లాసు
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	1 కప్పు

పొయ్యి దగ్గరికి వెళ్ళేముందు రెడీ చేసుకోవాలి :

ముందు గోధుమ పిండి, బియ్యం పిండిలను జల్లించి గిన్నెలో పోసుకోవాలి. జీలకర్ర, సరిపడ ఉప్పు వేసి తగినన్ని నీరు పోసుకుని గరిట జారుగా కలుపుకోవాలి.

తయారీ విధానం :

ముందుగా పొయ్యి వెలిగించి పెనం పెట్టి పెనం కాలిన తరువాత పిండిని చుట్టూతా పోస్తూ పెనం మీద పోయాలి. చుట్టూతా రెండు చెంచాల నూనె వేసి అట్టుని రెండు వైపులా కాల్చి వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

బెల్లం పూరీలు

కావాల్సిన పదార్థాలు :

మైదాపిండి	:	1/2 కేజీ
బెల్లం	:	1/2 కేజీ
గసగసాలు	:	150 గ్రాములు
బేకింగ్‌సాల్ట్	:	కొంచెం
డాల్డా	:	200 గ్రాములు
లేదా) నూనె	:	1/4 కేజీ
సాల్ట్	:	1/2 స్పూన్

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిని శుభ్రంగా జల్లించి ఒక వెడల్పాటి బేసిన్‌గాని, ప్లేటులోగాని పోసి ఉంచాలి. అందులోచిటికెడు సాల్ట్ చిటికెడు బేకింగ్ సాల్ట్ వేసి ఉంచాలి. బెల్లం తురుముకుని అది పిండిలోవెయ్యాలి. ఈలోగా గసగసాలు కూడా ఎర్రగా వేయించి తీసుకుని అవి కూడా పిండిలో వేసి కలుపుకోవాలి. ఈమొత్తం కలిపిన పిండిలో కొద్దిగా నీరు పోస్తూ పూరీ పిండిలా బాగా కలుపుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని కొంచెం పెద్ద ఉండలుగా చేసుకుని దళసరిగా (బొబ్బట్ల మాదిరిగా) వత్తుకుని స్టౌపై బాణలిని ఉంచి అందులో రిఫైండ్ ఆయిల్‌కాని డాల్డాకాని పోసి మరగనిచ్చి అందులో ఇవి ఒక్కొక్కటిగా పూరీలు వేసి గోల్డ్‌కలర్ వచ్చే దాకా వేయించి తీసుకోవాలి. ఇదే బెల్లం పూరీలు ఇవి కూడా చాలా రోజులు నిలవ ఉంటాయి

స్వీట్ మైదా తీపి బిస్కెట్లు

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదాపిండి	:	1/2 కిలో
బేకింగ్ పౌడర్	:	1 స్పూన్
తినేసోడా	:	1 స్పూన్
ఎసెన్స్	:	1 స్పూన్
మెత్తని పంచదార	:	పావుకిలో
వెన్న	:	1 కప్పు
గుడ్లు	:	2

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిలో బేకింగ్ పౌడర్ వేసి పూరి పిండిలా కలుపుకోవాలి. గుడ్లు కొట్టి తెల్లసొన తీసి పంచదారపొడి, వెన్న, ఎసెన్స్ సోడా వేసి బాగా గిలకొట్టాలి. నీరు అసలు తగలకూడదు. గిలకొట్టిన పంచదార మిశ్రమం పూరి పిండిలో వేసి బాగా పీడించి తడి ఆరకుండా మూతపెట్టి ఆరు గంటల వరకూ నాననివ్వాలి. తరువాత చపాతీ కంటే దళసరిగా చేసుకొని మనకిష్టమైన రీతిలో కోసుకుని పైన చెప్పిన ప్రకారం బిస్కెట్లు తయారు చేసుకోవాలి.

పూరీ కచోరీ

కావలసిన పదార్థాలు :

గోధుమపిండి	:	1 కప్పు
పచ్చిబఠాణీలు	:	3 కప్పులు
అల్లం	:	చిన్న ముక్క
నెయ్యి	:	1 కప్పు
జీలకర్రపొడి	:	1 స్పూన్
సాల్ట్	:	తగినంత
ఇంగువ	:	తగినంత
మిరియాలు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం :

గోధుమపిండిని జల్లించుకుని కొంచెం సాల్ట్ కొంచెం నెయ్యి వేసుకుని నీళ్ళు పోస్తూ చేతికి అంటకుండా పూరీ పిండిని ఆయిల్ కొంచెం వేసి కలుపుకోవాలి. మిరియాలు, అల్లం జీలకర్రను కలిపి మెత్తగా నూరుకోవాలి. అట్లాగే బఠాణీలను ఉడికించాలి. తొక్కుతీసుకుని మెత్తగా పిండిలా గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. ఈ రుబ్బిన పిండిని గట్టిగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఇక కలుపుకుని ఉంచుకున్న గోధుమపిండిని పూరీలాగా వత్తి తయారుచేసి ఉంచుకున్న బఠాణీ మిశ్రమాన్ని పూరీ మీద ఉంచి పైన మరల వేరొక పూరీని పెట్టి అంచులు గట్టిగా వత్తుకుని స్టౌపై బాణాలిని ఉంచి అందులో ఆయిల్ పోసుకుని కాగుతున్న నూనెలో వేసుకుని ఒక్కొక్క పూరీని వేయించి తియ్యాలి. ఇవి వేడి వేడిగా చాలా బాగుంటాయి.

మైసూర్ బోండా

కావలసిన పదార్థములు :

మజ్జిగ	:	2 గ్లాసులు
మైదా	:	11/2 డబ్బాలు
ఉప్పు	:	1/2 చెంచా
షోడా ఉప్పు	:	1/4 చెంచా
కొబ్బరి	:	అరముక్క
అల్లం	:	చిన్నముక్క

బియ్యంపిండి	:	1/4 కప్పు
నూనె	:	1/2 కిలో
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా

పొయ్యి దగ్గరికి వెళ్ళేముందు రెడీ చేసుకోవలసినవి :

ముందుగా మైదా జల్లించి ప్రక్కన ఉంచాలి. మజ్జిగ తయారుగా ఉంటే సరే లేకపోతే పెరుగుని బాగా చిలక్కొట్టి మజ్జిగ చేసుకోవాలి. అల్లం, కొబ్బరిలను చాలా సన్నగా ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి. మిర్చిని కూడా సన్నగా గుండ్రటి చక్రాల్లాగా కట్ చేసుకోవాలి.

తయారీ విధానము :

ముందుగా డిష్‌లో మజ్జిగ పోసి దాంట్లో మిర్చి, అల్లం, కొబ్బరి ముక్కలు, జీలకర్ర, సరిపడ మెత్తని ఉప్పు, షోడా ఉప్పు వేసి కలిపి దాంట్లో మైదాని వేసి జారుగా కాకుండా అలా అని గట్టిగా పూరీ పిండిలా కాకుండా మధ్యస్థంగా కలిపి దానికి 1 గరిట నూనె కూడా జత కలిపి బాగా కలిసేలా, ఉండలు లేకుండా మైదాని కలుపుకొని మూతపెట్టి 2 గంటలు నాననివ్వాలి. నానేటప్పటికి కొంచెం వదులుగా వస్తుంది కాబట్టి మధ్యస్థంగా కలుపుకోవాలి. రెండు గంటల తరువాత పొయ్యి వెలిగించి బాండీ పెట్టి అరకిలో నూనె పోసి కాగనివ్వాలి. నూనెను మరీ పొగలు కక్కేలా కాగనివ్వకూడదు. అలా కాగినప్పుడు బోండాలు వేస్తే లోపల ఉడకకుండా పైన మాడిపోతాయి. కాబట్టి నూనె ఎంత వరకు కాగించాలి అంటే బాండీకి ఒక అడుగుపైన వైపు అరచెయ్యి పెడితే వేడిగా తగిలేంత వరకు కాగనివ్వాలి. ఇక ఇప్పుడు పొయ్యి సిమ్‌లో పెట్టి పెద్ద నిమ్మకాయంత సైజులో పిండిని తీసుకొని బాండీలో వేయాలి. నూనెలో సరిపడినన్ని వేసి రెండు నిమిషాలు సిమ్‌లోనే ఉంచాలి. కొంచెం వేగిన తరువాత అట్లకాడతో కలియతిప్పుతూ మంటని హైలో పెట్టుకొని ఎర్రగా వేపి చిల్లుల గరిటతో తీసి నూనెంతా పొయ్యేలా చూసి ప్రక్కనే డిష్‌లో వేసుకోవాలి. అలా మొత్తం పిండితో తయారు చేసుకొని వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి. ముందుగా బోండాల ఆకారం కొంచెం తేడా వచ్చినా అలవాటు అయిన తర్వాత చక్కగా వస్తాయి.

ఫ్రూట్స్ సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు :

బొప్పాయి	:	2 కప్పుల సన్నని ముక్కలు
యాపిల్	:	1 కప్పు ముక్కలు
జామకాయ	:	1 కప్పు ముక్కలు
అనాసకాయ	:	1/2 కప్పు ముక్కలు
మామిడి	:	1 కప్పు ముక్కలు
తేనె	:	1/4 కప్పు

తయారు చేయు విధానం :

వీటన్నింటిని బౌల్‌లో వేసి అన్నీ కలిసేలా బాగా కలిపి వీటిని ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబరచాలి. సర్వింగ్ టైంలో తీసి సర్వింగ్ బౌల్స్‌లో పెట్టి సర్వ్ చెయ్యాలి.

కోవా బర్ఫీ

కావలసిన పదార్థాలు :

చిక్కటిపాలు	:	1 1/2 లీటరు
ఐసింగ్‌షుగర్	:	150 గ్రా
చక్కెర	:	1
యాలుకలు	:	4

తయారుచేయు విధానం :

అడుగు మందంగా ఉన్న స్టీల్ గిన్నె ఒకటి తీసుకుని అందులో పాలు పోసుకుని సన్నని సెగమీద స్టౌమీద ఉంచాలి. గరిటెతో కలుపుతూ ఉండాలి. మరుగుతున్న పాలు ఆవిరై చిక్కగా దగ్గరకు వస్తాయి. దానిలో ఐసింగ్‌షుగర్‌పోసి కలుపుతూ ఉండాలి. 5ని॥ల తర్వాత దించికొంచెం చల్లార్చాలి. చల్లగా అవుతుండగా గరిటతో బాగా కలుపుతూ ఉంటే పాల కోవా పాకం గట్టిపడుతుంది. ఇప్పుడుమళ్ళీ గిన్నెను సన్నని మంటపై పెట్టి మళ్ళీ గరిటతో కలుపుతూ ఉండాలి. పాకం గట్టిపడినట్లయితే గిన్నెను స్టౌమీద నుంచి దించి యాలకుల పొడిని కలిపి నెయ్యిపూసిన పళ్ళెంలో పోసి చల్లారపెట్టాలి. ఆపాకం చల్లారి గట్టిపడుతుండగా ముక్కలో కోసి ప్లేటులో అమర్చటమే. దాని మీద సిల్వర్ ఫాయిల్ అతికిస్తే చూడటానికి అచ్చు కొన్నవాటిలాగా వుంటాయి. ఇవివారం రోజులు నిల్వ ఉంటాయి.

బుల్లెట్స్

కావలసిన పదార్థములు :

బంగాళదుంపలు	–	1/2 కిలో
క్యారెట్	–	2
క్యాలీఫ్లవర్	–	1 కప్పు
బఠాణీ (పచ్చి)	–	1 కప్పు
బ్రెడ్ స్లయిసెస్	–	3
అల్లం	–	1 అంగుళం
వెల్లుల్లి	–	5 రేకలు
గరంమసాలా	–	1/2 చెంచా
కారం	–	1/2 చెంచా
పచ్చిమిర్చి	–	2
కొత్తిమీర	–	1 గుప్పెడు
ఉప్పు	–	సరిపడ
కార్న్‌ఫ్లోర్	–	2 చెంచాలు
శనగపిండి	–	2 చెంచాలు
నూనె	–	అరకిలో
కొత్తిమీర	–	గుప్పెడు
పొదీనా ఆకులు	–	1 చెంచా
బ్రెడ్ పౌడర్	–	1కప్పు
నూనె	–	అరకిలో

పొయ్యి దగ్గరికి వెళ్ళి బుల్లెట్స్ తయారుచేసే ముదు రెడీ చేసుకోవలసినవి

బంగాళదుంపలు మధ్యకి కట్ చేసుకోవాలి. క్యారెట్ చెక్కుతీసి సన్నగా ముక్కలు కట్ చేయాలి.క్యాలీఫ్లవర్‌ను ఉప్పు కలిపిన నీటిలో 10 నిమిషాలు ఉంచి తీసి కడిగి ఉంచాలి. ఒక గిన్నెలో బంగాళాదుంపలు వేపి కొంచెం నీరుపోసి మూత పెట్టాలి. పైన ఇంకో గిన్నెలో క్యారెట్ ముక్కలు, బఠాణీ, క్యాలీఫ్లవర్ వేయాలి.రెండు గిన్నెలను కుక్కర్‌లోపెట్టి 4 విజిల్స్ వచ్చేంతవరకు ఉంచి తరువాత దించాలి. పావుగంట తరువాత తీసి బంగాళదుంపల తొక్కుతీసి మెత్తగా మెదిపి డిష్‌లోకి తీయాలి.క్యారెట్ ముక్కల్లో నీరంతా వంపి వాటిని బంగాళదుంపల మిశ్రమానికి

జత చేయాలి. అల్లం వెల్లుల్లి మిక్సీలో వేసి మిశ్రమానికి కలపాలి. తరువాత కార్న్‌ఫ్లోర్, శనగపిండి, గరంమసాలా, కారం, ఉప్పు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు (సన్నగా ఉండాలి). కొత్తిమీర, పొదీనా చాలా సన్నగా కట్ చేసి కలపాలి. బ్రెడ్ చుట్టూతా ఉన్న కాలిన భాగాన్ని తీసివేసి చిన్న ముక్కలు చేసి డిష్‌లో కలపాలి. ఇప్పుడు మిశ్రమంలో అన్నీ కలిసేలా బాగా కలపాలి. మిశ్రమం గట్టిగా ఉండేలా చూడాలి. ఈ మిశ్రమంతో నిమ్మకాయంత ఉండలు చేసి బుల్లెట్స్ ఆకారంలో చేసుకోవాలి. వాటిని బ్రెడ్ పౌడర్‌లో పొర్లించి ప్లేటులో పెట్టుకోవాలి. (బ్రెడ్ పౌడర్ లేదా రస్క్ పౌడర్, కార్న్‌ఫ్లోర్ బేకరీలలో లేదా సూపర్‌బజార్‌లలో దొరుకుతుంది.)

తయారీ విధానము :

బాండీలో నూనె వేసి కాగనివ్వాలి. కాగిన నూనెలో సరిపడినన్ని బుల్లెట్స్ వేసి లేత గోధుమ రంగులో వచ్చే వరకు వేపాలి. ముందు రెండు నిమిషాలు సిమ్‌లో ఉంచి తరువాత మీడియం మంట మీద వేపాలి. వీటిని చిల్లుల గరిటతో తీసి ప్లేటులో వేయాలి. ఇదేవిధంగా మిగతా వాటిని వేపాలి. వేపిన వీటిని మళ్ళీ నూనెలో వేసి మంట పెంచి డార్క్ రెడ్ వచ్చే వరకు వేపాలి. వీటిని వేడి వేడిగా సర్వింగ్‌ప్లేటులో పెట్టి టమాటాసాస్‌తో సర్వ్ చెయ్యాలి. ఈ డిష్ స్నాక్స్‌గా చేసుకోవాలి. వేడి వేడిగా మాత్రమే సర్వ్ చెయ్యాలి. వీటితో ఇష్టమైతే ఉల్లిసలాడ్ సర్వ్ చెయ్యచ్చు. (మిశ్రమం కలిపినప్పుడు లూజు అయితే నూనెలో బుల్లెట్స్ వేసినప్పుడు చిట్లి నూనెంత పాడయిపోతుంది. కాబట్టి మిశ్రమం నీరు లేకుండా గట్టిగా కలుపుకోవాలి.)

శెనగల ఫ్రై

కావలసిన పదార్థములు

శెనగలు	:	1/4 కిలో కారం,
ఉప్పు	:	తగినంత
అమ్‌చూర్ పొడి	:	1చెంచా
నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

శనగలు నానపెట్టాలి. నానిన తరువాత బుట్టవేయాలి. నీరంతా దిగిన తరువాత గుడ్డ మీద పోసి బాగా అరనివ్వాలి. తరువాత బాండీలో నూనె కాగిన తరువాత వీటిని వేసి ఫ్రైచేసి బౌల్‌లోకి తీసుకొని ఉప్పు, కారం కావాలనుకుంటే

గరం మసాలా పొడి కొంచెం అమేచూర్ పొడి వేసి బాగా కలిపి ఆరిన తరువాత భద్రపరచుకొని కావలసినప్పుడు తినాలి. ఇదే విధంగా పచ్చిశెనగపప్పు, బఠాణీ, అలసందలు, పెసలు కూడా నానపెట్టి చేసుకోవచ్చు.

పానీపూరీ

కావలసిన పదార్థాలు :

గోధుమపిండి	:	2 కప్పులు
నూనె	:	1/2 కేజీ
బంగాళాదుంపలు	:	5
పెరుగు	:	1 1/2 కప్పు
చింతపండు	:	50 గ్రాములు
కారం	:	1 స్పూను
సాల్ట్	:	తగినంత
జీలకర్ర	:	1 స్పూను

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా గోధుమపిండిలో సాల్ట్ వేసి తగినంత నీరు పోసుకుని కలిపి ఒక అరగంట నానపెట్టుకోవాలి. ఆ తర్వాత పిండిని చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసుకుని చిన్నవిగా పూరీలుగా వత్తుకోవాలి. వత్తుతున్నప్పుడే స్టౌపై బాణాలిని ఉంచి నూనె పోసి కాగనివ్వాలి. ఒకరు వత్తుతుంటే ఒకరువేసి తియ్యాలి వెంట వెంటనే అయితే పూరీలు పొంగి బాగుంటాయి. కొంచెం గోధుమపిండిని కలిపి పక్కనుంచాలి. బంగాళాదుంపలను శుభ్రంగా కడిగిచెక్కు తీసుకుని కుక్కర్‌లో ఉంచి మెత్తగా ఉడికించి తియ్యాలి. ఉడికిన తరువాత మొత్తాన్ని మెత్తని ముద్దలాగా చేసుకుని ఉంచాలి. చింతపండు నానపెట్టుకుని అందులో పీచులేకుండా తీసి ఉంచుకోవాలి. బంగాళాదుంప ముద్దలో కారం కొంచెం జీలకర్ర పెరుగు వేసుకుని ఈ మిశ్రమాన్ని మొత్తం బాగా కలిసేలా ఉంచుకోవాలి. ఇప్పుడు వేయించుకున్న పూరీలకూ పూరీని ఒకడిష్‌లో పెట్టి పైన చింతపండు జ్యూస్ పోసి సర్వ్ చెయ్యాలి. ఇదే పానీపూరీ తయారుచేయు విధానము చాలా టేస్ట్‌గా ఉంటాయి. హైదరాబాద్ లాంటిచోట్ల ఈ పానీపూరీ రోడ్లమీద తోపుడు బండ్లమీద పెట్టి అమ్ముతారు చాలా రుచిగా ఉంటాయి. బాగుంటాయి.

మాషేమెలోస్

కావలసిన పదార్థములు

పంచదార	:	900గ్రా
జిలాటిన్	:	60గ్రా
నీళ్ళు	:	600గ్రా
ఐసింగ్ షుగర్	:	230గ్రా
వెనీలా ఎసెన్స్	:	2 టీ స్పూన్స్
ఎల్లోకలర్	:	సరిపడ
పింక్ కలర్	:	సరిపడ
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	సరిపడ

తయారుచేయువిధానం:

ముందుగా ఒక గిన్నెలోకి జిలాటిన్‌ను తీసుకుని దాంట్లో నీరు పోసి బాగా కలిపి నాననివ్వాలి. దాని వల్ల జిలాటిన్ నీటిని పీల్చుకుని గట్టిగా తయారవుతుంది. తరువాత ఒక పళ్ళెంలో నీరు పోసి స్టౌమీద పెట్టి దాంట్లో జిలాటిన్ ఉన్న గిన్నెను పెట్టి వేడి చేస్తే జిలాటిన్ కరుగుతుంది. కరిగిన తర్వాత పంచదారపోసి తీగలాగా స్పూన్‌లోంచి జారేవరకూ ఉడికించాలి. అలా అయిన తరువాత స్టౌమీద నుంచి గిన్నెను దించి దాంట్లో 2 స్పూన్లు వెనీలా వేసి ఎగ్‌బీట్‌తో గట్టిపడే వరకూ కొట్టాలి. దానిని మూడు భాగాలుగా చేసి, ఒక భాగానికి పింక్ కలర్, మరో భాగానికి ఎల్లోకలర్ వేసి కలిపి ఉంచాలి. ఒక ట్రేలోఐసింగ్ షుగర్‌ను కార్న్‌ఫ్లోర్‌ను చల్లి ఎల్లోకలర్ జిలాటిన్‌ను పోయాలి. దానిమీద రంగు కలపని జిలాటిన్‌ను, దానిపైన పింక్ కలర్ జిలాటిన్‌ను వేసి అయిదునుంచి ఆరుగంటల పాటు కదపకుండా వదిలేయాలి. బాగా గట్టిపడుతుంది. స్క్వేర్ బిట్స్ కట్ చేసుకోవాలి. మళ్ళీ కార్న్‌ఫ్లోర్, ఐసింగ్‌షుగర్ మిశ్రమంలో దొర్లించాలి. అంతే . ఇంట్లో రేర్‌గా చేసే ఈ స్వీట్ గ్రాండ్ లుక్‌తో మీ అతిథులను అలరిస్తుంది.

జొన్నరొట్టె

కావలసినపదార్థాలు :

తెల్లజొన్నలు	:	అరకేజీ
ఉప్పు	:	తగినంత

నీళ్ళు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

జొన్నలు కడిగి ఎండలోపెట్టి మరాడించాలి. ఆ పిండిలో ఉప్పు కలపాలి. 200 మి.లీ నీరు మరిగించి ఉప్పు కలిపిన పిండిలోసగం పిండినీట్లో కలిపి కలపాలి. పిండి చల్లార్చి, మిగిలిన పిండి చేర్చి నీళ్ళు చిలకరిస్తూ రొట్టెల పిండిలా కలపాలి.పిండి ముద్దని వుండలు చేసి, ఒక్కొక్క వుండని రొట్టెల్లా వత్తాలి. రొట్టెల పెనంపై రొట్టె వేసి కాల్చాలి. నీళ్ళలో ముంచిన బట్టని రొట్టెపై కప్పాలి. బట్టపై నున్న నీరు ఆవిరయ్యే వరకు రొట్టెని కాల్చాలి.

చిలగడదుంపల లడ్డు

కావలసిన పదార్థములు

చిలగడ దుంపలు	:	1కిలో
పంచదార	:	400గ్రా
జీడిపప్పు	:	50గ్రా
కిస్‌మిస్	:	50గ్రా
యాలకలు	:	5గ్రా
ఎండుకొబ్బరి	:	50గ్రా

తయారుచేయువిధానం:

ముందుగా చిలగడదుంపలను శుభ్రంగా కడిగి ఉడకపెట్టి పొట్టుతీసి ఉండలు లేకుండా మెత్తగా చిదిమిపక్కన పెట్టాలి. పంచదార, యాలకులను మిక్సీలో వేసి మెత్తగా అయిన తరువాత ఆ పొడిని చిలగడదుంప ముద్దలో జీడిపప్పు, కిస్‌మిస్‌లు కూడా వేసి బాగా కలిపి చిన్న చిన్న లడ్డూల మాదిరిగా చేసుకుని వాటిని ఎండుకొబ్బరి పొడిలో దొర్లించి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమోటాసూప్

కావలసిన పదార్థములు :

హైబ్రీడ్ టమాటాలు	:	అరకిలో
పచ్చిమిర్చి	:	1
అల్లం	:	1/2 అం.ముక్క

దాల్చినచెక్కపొడి	:	1/2 చెంచా
బ్రెడ్	:	స్లయిసెస్ 2
నెయ్యి	:	3 చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ
పెప్పర్	:	సరిపడ
మిరియాల పొడి	:	1/2 చెంచా
క్రీం	:	1/2 కప్పు

తయారీ విధానం...

ఒక గిన్నెలో 1 1/2 లీటరు నీరు పోసి కాగనివ్వాలి. మరిగే నీటిలో టమాటాలు వేసి 2 నిమిషాలు ఉంచి తీసి వాటిని చల్లారనివ్వాలి. వాటిపై తోలు తీసి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా గుజ్జు చేసుకోవాలి. ఈ గుజ్జును వడగట్టాలి. దానికి సరిపడ నీరు కలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి మీడియం మంట మీద ఉంచి ఉడికించాలి. కాగి ఉడుకుతుండగా అల్లం, మిర్చి పేస్టు, పంచదార, ఉప్పు, దాల్చిన చెక్క పొడి, మిరియాల పొడి వేసి బాగా కలిపి సన్నని మంట మీద ఉంచి చిక్కగా ఉడికించాలి. ఒక బాండీలో నెయ్యి వేసి సన్నగా కట్ చేసుకున్న బ్రెడ్ ముక్కలు వేసి సన్నని మంట మీద ఉంచి కలుపుతూ ఎర్రగా వేపుకోవాలి. చిక్కగా ఉడికిన సూప్‌ను సూప్ బౌల్స్‌లో 3/4వ వంతు పోసి పైన బ్రెడ్ స్లెయిసెస్, 1 చెంచా క్రీం వేసి పెప్పర్, సాల్ట్‌లతో సర్వ్ చెయ్యాలి.

కోవా రోల్స్

కావలసిన పదార్థములు

పచ్చి పాలకోవా	:	250గ్రా
యాలకులు	:	1/2 చెంచా
జాఫ్రాన్ కలర్	:	చిటికెడు
జీడిపప్పు	:	3గ్రా
జాజికాయ	:	చిన్నముక్క
పంచదార	:	300గ్రా

తయారుచేయువిధానం:

మందపు గిన్నెలో పచ్చికోవా పంచదార కలిపి సన్నని మంట మీద ఉంచి గరిటెతో కలుపుతూ మాడకుండా చూస్తూ పాకం పట్టాలి. పాకం వచ్చిన తరువాత దించి గరిటెతో కలుపుతూ కోవాను చల్లార్చాలి. కొంచెం సేపటికి కోవా ముద్దలా తయారవుతుంది. కొంచెం కోవా ముద్దలో యాలకుల పొడి,జీడిపప్పు, జాఫ్రాన్ కలర్ కలిపి ప్రక్కన వుంచాలి. మిగిలిన కోవా నుంచి కొంచెం కోవా ముద్దలా తీసుకుని పలచగా చేసి దాని మధ్యలో కలర్ మిశ్రమాన్ని పెట్టి చిన్న రోల్‌లా చుట్టితే కోవా రోల్ తయారువుతుంది. ఈ విధంగా మొత్తం రోల్స్‌ను తయారుచేసుకుని సర్వ్ చేయాలి.

డోనట్

కావలసిన పదార్థాలు

మైదా	:	225గ్రాములు
నెయ్యి	:	25గ్రాములు
గుడ్లు	:	రెండు
పాలు	:	75 మి.లీ.
బేకింగ్ పౌడర్	:	1 1/2 స్పూను
యాలకుల పొడి	:	25గ్రాములు
చక్కెర	:	100గ్రాముల (50గ్రా

పిండిలో కలపడానికి మిగతాది పైన చల్లడానికి)

తయారు చేయు విధానము

మైదాలో బేకింగ్ పౌడర్‌ను కలిపి జల్లించాలి. దీనికి నేతిని కలపండి. గుడ్లను పగలకొట్టి ఆ సొనను బాగా గిలకొట్టి మైదా పిండికి గుడ్ల సొన, పంచదారను చేర్చి పిండిని మెత్తగా కలపాలి. అవసరం అయితే కొంచెం నీళ్లు కూడా కలపండి. ఈ పిండిని అప్పడాల కర్రతో అంగుళం మందంతో వత్తి, గుండ్రంగా కట్ చేయాలి.దానికి మధ్యలో రంధ్రం చేసి బాణలిలో నూనె కాగిన తరువాత వీటిని వేయించండి. వేడి –వేడి డోనట్‌లను చక్కెర, యాలకుల పొడితో అద్దాలి. క్రిస్మస్ సందర్భంగా చేసే ఈ డోనట్‌లను పిల్లలు బాగా ఇష్టపడతారు.

గొట్టంకాజా

(కాకినాడ కాజా)

కావలసిన పదార్థాలు :

మైదా	:	500 గ్రా॥
పెరుగు	:	1/2 కప్పు
వంటసోడా	:	1/2 టీ స్పూన్
బేకింగ్ పౌడర్	:	1/2 టీ స్పూన్
నెయ్యి	:	ఫ్రై చేయడానికి సరిపడా
పంచదార	:	1500 గ్రా॥

తయారుచేయు విధానం :

మైదాపిండిని జల్లించి, దానికి పెరుగు, వంటసోడా, బేకింగ్ పౌడర్ కలిపి కొద్దిగా నీళ్ళు చల్లుతూ మెత్తని చపాతీ పిండిలా కలిపి, పదిహేను నిమిషాలు చేతితో బాగా మర్ధన చేయండి. అప్పుడప్పుడు పిండి ముద్దను పైనుంచి పళ్ళెంలోకి గట్టిగా కొట్టండి. తరువాత ఆ పిండికి నెయ్యిపూసి తడిగుడ్డతో కప్పి, గంటన్నరసేపు ఎండలో ఉంచండి. దాంతో పిండి పులిసి మెత్తగా తయారవుతుంది. తరువాత పంచదారను బాణలిలో పోసి,మూడు గ్లాసుల నీళ్ళు కలిపి స్టౌ మీద లేత జిగురుపాకం పట్టి, స్టౌమీద నుంచి దించి జల్లెడ గరిటెతో పాకాన్ని పైకి కిందకీ జార్చుతూ చల్లారపెట్టండి. ఎండలో నానబెట్టిన పిండి ముద్దను మళ్ళీ కలియబెట్టకుండా, చాకుతో ఒక పక్క నుంచి కొంత పిండిని కోసి, గుప్పెడు మైదా పిండిని జల్లిన పీటమీదవేసి, కొంచెం పొడవుగా సాగదీసి, బొటనవేలు సైజులోఅడ్డంగాముక్కలు కోసి, ఒక గిన్నెమూతపైన పిండి జల్లి, కోసిన ముక్కల్ని వరుసగా పేర్చండి. ఇప్పుడు నెయ్యిని బాణలిలో కాగనిచ్చి, పళ్ళెంలో కోసి ఉంచిన ముక్కల్ని వేసి బుసబుసమని పొంగిపైకి తేలిన వెంటనే బయటకుతీసి ఉంచాక, మంటను తగ్గించి, సన్నని సెగవేడిలో కాజాలను దోరగా వేయించి తీసి, పంచదార పాకంలో వేయండి. పాకం నుంచి కాజా లోపల ఇంకిపోతుంది. వీటిని పైకి తీసి పాకం ఆరిన తరువాత అతిథులకు అందించండి. గొట్టం కాజాలనే కాకినాడ కాజాలని కూడా అంటారు.

చిట్టిముత్యాల లడ్డు

కావలసిన పదార్థాలు

సెనగ పిండి	:	500గ్రాములు
పంచదార	:	650గ్రాములు
యాలకులు	:	5గ్రాములు
రెడ్ ఆరంజ్ కలర్	:	చిటికెడు
లెమన్ ఎల్లో కలర్	:	చిటికెడు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	ఫ్రై చేయడానికి సరిపడా

తయారు చేయు విధానము

సెనగ పిండిలో నీళ్లు పోసి గట్టిగానూ కాకుండా, జారుడు గానూ కాకుండా పిండి కలపండి. కొంత పిండిలో లెమన్ ఎల్లో కలర్, మరి కొంత పిండిలో రెడ్ ఆరంజ్ కలర్ కలపండి. ఓ గిన్నెలో పంచదార పోసి 300 మి.లీ. నీళ్లు పోసి పాకం పట్టండి. లడ్డూల పాకం పట్టుకన్న లేతగా ఉండాలి. చిన్న రంధ్రాలు ఉన్న బూందీ చట్రాన్ని తీసుకోండి. కాగిన నూనెలోకి ఈ చట్రం సాయంతో బూందీ తీయండి. ఈ బూందీని ఎక్కువ సేపు వేయించవద్దు. దోరగా ఉండేలా చూసుకోండి. బూందీని నూనె నుంచి తీస్తూనే పాకంలో పోయాలి. ఇలా బూందీని పాకంలో గంట సేపు ఉంచి యాలకుల పొడి కలిపి లడ్డూల్లా చుట్టండి. చిట్టి ముత్యాల లడ్డూలు రెడీ!

ఛెన తయారీ (పాల విరుగుడు)

ఒక లీటరు ఆవుపాలను ఓ గిన్నెలో పోసి పొంగేవరకూ కాచి చల్లారబెట్టండి. గోరువెచ్చని వేడికంటే కొంచెం వేడిగా ఉన్న ఒక గ్లాసు నీటిలో ఒక టీ స్పూన్ నిమ్మఉప్పు కలిపిన ద్రావణాన్ని చల్లారబెట్టిన పాలలో పోసి కలియబెట్టకుండా ఉంచితే పాలు విరిగి పచ్చని నీరు, ఛెన వేరవుతాయి. ఈ ఛెనను ఓ గుడ్డలో మూటలా కట్టి పదినిమిషాలపాటు వేలాడగట్టి, ఆ నీటిని వేరే గిన్నెలోకి తీసి భద్రపరచండి. మర్నాడు ఛెన చేయాలనుకున్నప్పుడు, నిమ్మఉప్పు అవసరం లేకుండానే, ఛెననుంచి వేరు చేసిన పచ్చని ద్రావణాన్ని వేరుగా ఉపయోగించవచ్చు.

పంతువ

కావలసిన పదార్థాలు

కోవా	:	250 గ్రాములు
ఛెన	:	100 గ్రాములు
వంటసోడా	:	చిటికెడు
మైదా	:	3 టీ స్పూన్లు
చక్కెర	:	600 గ్రాములు
రోజ్‌వాటర్	:	2 టీ స్పూన్లు
గులాబీరంగు	:	చిటికెడు
నెయ్యి	:	వేయించడానికి సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

చక్కెరను ముందుగా ఒక వెడల్పాటి గిన్నెలో వేసి, అందలో రెండు కప్పుల నీళ్ళు కలిపి స్టవ్‌మీద పాకం పట్టిన వెంటనే గిన్నెను దించి, రోజ్‌వాటర్ కలపండి. తరువాత తాజాకోవాను ఓ పళ్లెంలోకి తీసుకుని చేతితో మృదువుగా అయ్యేటట్టు రుద్ది, గులాబీ రంగు,ఛెన,మైదా, వంటసోడాలు కలిపి ముద్దలా తయారుచేశాక నిమ్మకాయంత పరిమా ణంలో ఉండలుగా చేసుంచండి. ఇప్పుడు స్టవ్‌మీదున్న బాణలిలోనెయ్యివేసి కొద్దిగా వేడెక్కాక, పైన తయారు చేసిన ఉండలను ఎర్రగా వేయించి, కొంచెం నలుపురంగును తిరగగానే తీసి చక్కెర పాకంలో వేయండి. వీటిని బయటికి తీసి,చక్కెరలో దొర్లించి వడ్డించండి.

నవరత్న బాత్

కావలసిన పదార్థాలు

కొత్త బియ్యం	:	500గ్రాములు
నెయ్యి	:	75గ్రాములు
పండుమిర్చి	:	5
చిక్కుడు కాయలు	:	100గ్రాములు
చింతకాయలు	:	రెండు
రేగిపండ్లు	:	నాలుగు
వంకాయలు	:	మూడు

చిలకడదుంప	:	ఒకటి
ఉప్పు	:	తగినంత
ఆవాలు	:	చిటికెడు
జీలకర్ర	:	చిటికెడు
ఇంగువ	:	చిటికెడు
పసుపు	:	చిటికెడు
కొత్తిమీర	:	1కట్ట

తయారు చేయు విధానం

ఒక గిన్నెలో పోసి వేడి చేసిన పిదప – ఆవాలు, జీలకర్ర, ఇంగువ వేసి తాలింపు ఇవ్వండి. ఆపైన ముక్కలుగా తరిగిన కాయగూరల్ని తాలింపులో వేసి ఫ్రై చేసి పసుపు కలపండి. ఇందులో లీటరు నీళ్లు పోసి ఎసరు పెట్టండి. ఎసరు పొంగు వచ్చాక – కడిగిన బియ్యం పోయండి. తరువాత ఉప్పు కలపండి. పూర్తిగా ఉడికిన పిదప సన్నటి మంట మీద అయిదు నిమిషాలు ఉంచి దించి కొత్తిమీర జల్లితే సరి... నవరత్న బాత్ తయార్! ఈ రైస్‌ను పచ్చడితో గానీ, గుమ్మడికాయ కూరతో గానీ వడ్డించండి.

అటుకులతో మిక్చరు

కావలసిన పదార్థాలు :

అటుకులు	:	1/4 కిలో
నూనె	:	1/4 కిలో
జీలకర్ర	:	1 స్పూను
ఉప్పు, కారం	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	5 రెబ్బలు
వేరుశనగపప్పు	:	1 1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా అటుకుల్ని శుభ్రం చేసి స్టవ్‌మీద మూకుడుని పెట్టి నూనెనిపోసి కాగిన తరువాత చిల్లుల గరిటలో అటుకులుపోసి నూనెలో ముంచాలి. అటుకులు వేగిన తరువాత తీసి ఒక పళ్ళెంలో పోసుకోవాలి. ఇలా అన్నీ వేపుకున్న తరువాత వేరుశనగ పప్పుని కూడా నూనెలో వేయించి అటుకుల్లో కలుపుకోవాలి. జీలకర్ర,

కరివేపాకుని కూడా వేయించి కలుపుకోవాలి. ఉప్పు, కారం చేతితో అన్నింటిని బాగా కలియపెట్టి ఒక డబ్బాలో ఈ మిక్చర్ని పోసుకుంటే చాలా రోజుల వరకు నిల్వ వుంటుంది.



ప్రయాణంలో సరదాసరదాకథలు రచన: యస్.యస్.సాయిరాం	PRAYANAMLO SARADA SARADA KATHALU **By:S.S. Sairam**
ధర: రూ. 22/-	**Price :** Rs.22/-
ప్రథమముద్రణ : ఏప్రియల్ 2007	First Edition : April 2007
ముద్రణ: చైతన్య ఆఫ్‌సెట్ ప్రింటర్స్ విజయవాడ	**Printed at :** Chaitanya Offset Printers Vijayawada
ముఖచిత్రం: రమణ	**Cover page :** Ramana
పబ్లిషర్: **సరస్వతి పబ్లికేషన్** కాజ వెంకటేశ్వరరావు వీధి, అరండల్ పేట విజయవాడ - 2	**Publishers :** **SARASWATHI PUBLICATION** Kaza Venkateswara Rao street, Arundal Pet Vijayawada -2

ఈ పుస్తకం కోసం ఎన్నో జాగ్రత్తలు తీసుకోవటం జరిగింది. అయినా పొరపాట్లు దొర్లి ఉండవచ్చును.మాకు తెలిపిన మలిముద్రణలో సవరించగలము

ప్రయాణంలో సరదా సరదా కథలు



యస్.యస్. సాయిరాం

సరస్వతి పబ్లికేషన్

కాజవెంకటేశ్వరరావు వీధి, అరండల్ పేట,

విజయవాడ -2 ఫోన్: 0866 6571570

మరుక్షణం అక్కడ యుద్ధరంగంగా మారిపోయింది.

సినిమా ఆపేసి లైట్లు వేసి పరుగెత్తుకొచ్చాడు మేనేజరు. నాగరాజు ముష్టి ఘాతాలకి ఒళ్ళు హూనమైపోయి పలాయనం చిత్తగించాడు సత్తిగాడు.

రెండు నెలల తరువాత– "ఏమిటే రాజ్యలక్ష్మి నువ్వు సత్తిగాడిని పెళ్ళి చేసుకోబోతున్నావటగా?" మధ్యాహ్నం పూట మంచం మీద పడుకుని నిద్రపోతున్న రాజ్యలక్ష్మిని తట్టిలేపుతూ అడిగింది పరిమళ.

రెండు నెలల క్రితం సినిమా హాలులో నాగరాజు విశ్వరూపం చూసిన ఆమె వెంటనే ముహూర్తం లేదు ములక్కాయాలేదు అంటూ వారం తిరిగేలోపు పెట్టుడు ముహూర్తానికి నాగరాజుని పెళ్ళి చేసుకుంది పరిమళ.

ఉదయమే రాజ్యలక్ష్మి చిల్లర రౌడీ సత్యంని పెళ్ళి చేసుకోబోతోందన్న విషయం తెలిసి అలాంటి వాడితో రాజ్యలక్ష్మికి పెళ్ళేంటంటూ ఆమెను నిలదియ్యటానికి వచ్చింది.

"అవును" నిద్రలేచి నిర్లక్ష్యంగా జవాబిచ్చింది రాజ్యలక్ష్మి.

"వాడెలాంటి వాడో తెలిసి కూడా పెళ్ళి చేసుకోవాలనుకుంటున్నావా? వాడికంటే నీ మొగుడే రైటు... " సీరియస్‌గా రాజ్యలక్ష్మి వంక చూసి అంది పరిమళ.

"పరీ... ఆ రోజు సినిమాహాలులో నీ చెయ్యి పట్టుకున్నాడనేగా నీ కోపం" నవ్వి అడిగింది రాజ్యలక్ష్మి. "అలా వెయ్యమంది నేనే..." అందామె.

రాజ్యలక్ష్మి కళ్ళలోకి ఆశ్చర్యంగా చూసింది పరిమళ.

"నాగరాజు నా దగ్గర నీ మీద వున్న ప్రేమ వెల్లడి చేసాడు. సరే. సినిమా హాలులోకి విడివిడిగా వెళ్ళినా వచ్చేటప్పుడు పరిమళ నీ చెయ్యి పట్టుకొచ్చేలా చేస్తానని మాటిచ్చాను. సత్యానికి విషయం చెప్పాను. అతను అప్పుడేమన్నాడో తెలుసా..."

"చదివిన చదువుకి పని దొరకక ఏదో పొగరుబోతుగా తిరుగుతున్నాను కానీ ఈ వూళ్ళో ఆడవాళ్ళు నాకు నా ఇంటి ఆడపడుచులతో సమానం" అన్నాడు.

"నేనే మీ ఇద్దర్నీ కలపటానికి అతన్ని బలవంతంగా ఒప్పించాను. ఇప్పుడు చెప్పు. సత్యం రైటా... నా మొగుడు రైటా..." అంటూన్న రాజ్యలక్ష్మిని గుండెలకు హత్తుకుంటూ.

"రాజ్యం నువ్వు ఏది చేసినా రైటే." అంది పరిమళ.



ప్రయాణంలో సరదా సరదా కథలు

దేముడు సృష్టి

అనగా అనగా ఒక వూరిలో మణి అనే ఒక యువతి వుంది. ఆమెకి ఒక కూతురు ఉంది. ఆమె పేరు రాణి. వయసు ఏడు సంవత్సరాలు.

ఒకరోజు తల్లీ, కూతురు బయట వూరు వెళ్ళారు. బస్ మీద వెళ్ళే సౌకర్యం లేక నడిచే వెళ్లారు. ఎండ వేడిమి విపరీతంగా వుంది. ఎండ నిప్పులా కాలిపోతున్నది. అందువల్ల యిద్దరూ ఒక చెట్టునీడన విశ్రమించారు.

ఆ చెట్టు ఒక మర్రిచెట్టు. పండ్లు పండిపోయి క్రిందపడి రాలిపోయివున్నాయి. పాపకు ఆకలి వేసింది.

వొంగుని కాయలన్నీ ఏరుకుని తిన్నది. పది,ఇరవై పండ్లు తిన్నా, ఆ పసిపాప ఆకలి తీరలేదు. వొంగుని ఏరినందువల్ల నడుం నొప్పి కూడా వచ్చింది. పండ్లు ఏరటం మాని తల్లి వద్దకు వచ్చింది.

దేముడి చర్యలను ఒకసారి మననం చేసుకుంది. మెల్లగా తల్లిని సమీపించి–

"అమ్మా! దేముడికి తెలివి లేదు" అని చెప్పింది.

"ఎందుకమ్మా అలా అంటున్నావ్?" తల్లి అడిగింది.



"లేకపోతే ఏమిటమ్మా! యీ మర్రిచెట్టు పండ్లు పెద్దవి పెద్దవిగా వుండకూడదా? ఒక పండు తినగానే కడుపు నిండితే ఎంతో బాగుండేది. ఒక్కొక్క పండు వొంగుని ఏరి తింటుంటే నడుం నొప్పి పెడుతున్నది" అంది ఆ బాలిక.

అదే సమయంలో ఆ మర్రిచెట్టుపై నుంచి ఒక పండు రాలి రాణి తలమీద పడి తరువాత క్రింద పడిపోయింది. దానిని తల్లి గమనించింది.

"అమ్మా రాణీ! యిప్పుడు నీ తలమీద పడిన పండు గుమ్మడికాయ సైజులో వుంటే అప్పుడు నీ తల ఏమయివుండేది" అని అడిగింది.

"అవునమ్మా! యీ పాటికి నా తల పగిలిపోయి వుండేది" అని రాణి తన తల పట్టుకుని చూసుకుంది. "అదేనమ్మా! దేవుని మహిమ అన్నీ ఆయనకు తెలుసు. ఏది ఎలా సృష్టించాలో అలానే సృష్టిస్తాడు. అందువల్ల దేముడు తెలివి తక్కువవాడు అనుకోకూడదు" అని తల్లి చెప్పి నవ్వింది.

"నిజమే నమ్మా! నేనే పొరపాటు పడ్డాను" అంది రాణి. అందువల్ల ఏ విషయమైనా మనవరకే చూసుకోకూడదు. అందర్నీ దృష్టిలో పెట్టుకుని మాట్లాడాలి.

ఎవరుగొప్ప

ఒకనాడు సూర్యుడు- వాయుదేవుడు- అనుకోకుండా కలుసుకున్నారు. కుశలములు అనంతరము యిద్దరూ మాటామాటా పెరిగిపోయి వాగ్వివాదానికి దిగారు.

సారాంశమేమిటంటే-

నేను గొప్ప అంటే నేను గొప్ప అని యిద్దరూ వాదులాడుకుంటున్నారు.

"నీవు ఎంత గొప్పో నిరూపించు" అన్నాడు వాయుదేవుడు సూర్యునితో.

వాయుదేవుడు భూమిమీద నడుస్తున్న ఒక వ్యక్తిని చూపించాడు.

"అతను చూడు ఎంత హుందాగా నడుస్తున్నాడో! అతను ఏదో ఒక పనిమీద తొందరగా వెళుతున్నాడు. అతనికి నా ప్రతాపం చూపిస్తాను." అన్నాడు వాయుదేవుడు- సూర్యునితో.

"నీవు అతన్ని ఏమి చేయగలవు?" అడిగాడు వాయుదేవుడిని సూర్యుడు.

"ఏదయినా చేయగలను" అన్నాడు వాయుదేవుడు.

"చేయి చూద్దాం" అన్నాడు సూర్యుడు.

"అతను ఎంత గిలగిలలాడిపోతాడో చూడు" అన్నాడు వాయుదేవుడు.

అంటూనే విపరీతమైన గాలి వీచేలా చేశాడు. ఆ గాలికి ఆ వ్యక్తి అల్లల్లాడిపోయాడు.

మొదట ఆ ఈదురుగాలికి తట్టుకోలేక తాను తొడుక్కున్న బట్టలన్నీ గుండీలు పెట్టుకుని చేతులు ముడుచుకున్నాడు వణుకుతున్న ధోరణితో.

వాయుదేవుడు యింకా విపరీతంగా గాలి వీచేలా చేశాడు.

ఆ గాలికి ఆ వ్యక్తి వణికిపోతున్నాడు.

ఇంకా తీవ్రంగా గాలి వీచేలా చేశాడు గాలిదేవుడు. యింకా వణికిపోతున్నాడు ఆ వ్యక్తి.

అయినా ఆ వ్యక్తి పడిపోలేదు, కృంగిపోలేదు. అంటే వాయుదేవుడు ఆ వ్యక్తిని ఏమీ చేయలేక పోయాడని అర్థం అన్నమాట.

ఆ విషయం సూర్యుడు గమనించాడు.

సూర్యుడు గమనించాడని వాయుదేవుడు అర్థం చేసుకున్నాడు.

వెంటనే వాయుదేవుడు నిస్సహాయుడై తన ఓటమిని అంగీకరించాడు.

అంతవరకు పరుగున వున్న సూర్యుడు బయటకు వచ్చాడు. ఆ వ్యక్తి వంక అలవోకగా చూస్తూ ఒక చిరునవ్వు నవ్వాడు.

అదే సమయంలో ఆ వ్యక్తి తన నుదుటున పట్టిన చెమట బిందువుల్ని తుడుచుకున్నాడు. మరి కాసేపటికి చొక్కాగుండీలు వూడదీసి చొక్కాను భుజాలపైకి లాక్కున్నాడు. మరి కాసేపు అయిన తరువాత చొక్కాతీసి అవతల పారేశాడు.



"చూడు వాయునందనా! ఆవేశం, ఉద్రేకం కొన్ని సమయాలలో పనికిరాదు బలప్రదర్శనలు అంతకన్నా కుదరని పని. సమయోచితంగా, సందర్భానుసారంగా శాంతంగా పనులు చేసుకోవాలి. నా శాంతం నాకు ఎంతగా ఉపయోగపడిందో చూడు" అంటూ ఎంతో ప్రశాంతంగా ఒక చిరునవ్వును చిందించాడు సూర్యుడు.

నీటిదార

ప్రస్తుతం ఆ నీటిదారను కనిపెట్టింది ఆ సింహం. మంచు బిందువులులాగా ఆ నీళ్లు త్రాగటానికి ఎంతో చల్లగా వుండి ఎంతో రుచిగా కూడా వున్నాయి.

అడవిలో ఎన్నోచోట్ల తిరిగి తిరిగి గాలించింది. యీ నీటిదార ఎలా కంటిలో పడిందో ఆశ్చర్యంగా వుంది సింహానికి.

దీని గురించి ఆ రోజే ఆ సింహం తన పెద్ద వాళ్ళతో చెబుతున్నది. అప్పుడు వాటిలో అతి పెద్ద సింహం.

"సహోదరులారా! మన ముప్పయి సంవత్సరాల కాల అనుభవంలో యీ విధంగా ఒక నీటిదారను చూసిందే లేదు, కనపడిందేలేదు. ఇది మీ కంటికి కనుపించింది. అంటే ఏదో కారణం ఉంది వుంటుంది. అదేమిటో తెలుసుకుందాం".

"ఇప్పుడే రండి!" అన్నది. గుంపులో వున్న మరో సింహం ఇలా అంది.

"ఇప్పుడు చీకటి పడిపోయింది. అందువల్ల మనం ఏమీ కనిపెట్టలేము. రేపు ఉదయం దాని వ్యవహారం చూద్దాం" అన్నది.

మొట్టమొదట ఆ దారను కనిపెట్టిన సింహానికి కోపం వచ్చేసింది.

"స్నేహితులారా! రేపు అనే వాయిదా వేయటం వలన మనం జీవితంలో ముఖ్యమైన ప్రదేశాలను వాటికి తగిన పనులను కోల్పోతాం. అనుకున్నప్పుడు చేస్తేనే అందరికీ అన్నిటికీ మంచిది. వాయిదా అనేది వుండకూడదు." అంది.

"ఎప్పుడు ఏ అనుమానం వచ్చినా దాన్ని వెంటనే తీర్చుకోవాలి. దాని నివారణ వెంటనే తెలుసుకోవాలి. ఇప్పుడు మన స్నేహితుడు కనిపెట్టినది కొత్త నీటిదార. అందులోనూ అడవికి చివరిభాగంలో అంటే వూరికి సరిహద్దు అంచున వున్నట్టుగా తెలుస్తున్నది. మనం నలుగురం ఇప్పుడే వెళ్ళి చూసి రావటం ఉచితం" అన్నది.

ఆ సింహం యొక్క మాటలను మిగిలిన సింహాలు తీసివేయలేకపోయాయి. దానికే కట్టుబడిపోయాయి. తమ గుహలోంచి బయటకు వచ్చి కొత్త దారను కనిపెట్టిన సింహాన్ని కూడా తీసుకుని వచ్చాయి.

కొత్త దారను అవి సమీపిస్తుండగా– అక్కడ ఒక చిన్నదిగా వెలుతురు కనిపించింది. దాంతోపాటు కొన్ని గొంతులు. అవి మనుషుల గొంతులు. "ఆహా ఈనాడు ఒక సింహం నీళ్ళు త్రాగటానికి వచ్చింది. ఇదుగో దాని కాలి అడుగుల గుర్తులు... ఇదే ఒకటి రెండవుతున్నాయి. రెండు నాలుగవుతున్నాయి. యిలా సింహాలయొక్క సంఖ్య పెరుగుతున్నప్పుడు వాటిని పట్టుకోవటానికి వల వేయటం అవసరం" అన్నది ఒక గొంతు. "అయితే మనం కృత్రిమమైన నీటిదారను ఏర్పాటుచేసి నందువల్ల వృథా కాలేదు అని చెప్పు" అంది మరొక గొంతు. "నిజమే, మనం వేసిన పథకం వృథా కాలేదు."

అక్కడున్న ముగ్గురూ తమను తాము మరచి వికటాట్టహాసం చేస్తున్నారు.

నక్కి దాక్కున్న సింహాలు ఒక్కొక్కటి భీతితో భయం భయంగా చూస్తున్నాయి.

"చూశావా! నేను చెప్పింది నిజమయి తీరుతుంది. మిక్కిలి సులభంగా ఒక అద్భుతమైన అవకాశం దొరికింది. అని అనుకున్నప్పుడు ఆ విషయాన్ని మన మిగిలిన సింహాలకు చెప్పాలి" అన్నది ఆ సింహం.

"మనం యీ ముగ్గురి మీద దాడి చేద్దామా?" ఒక సింహం తొందరపడింది.

"వెధవ......" కోపపడింది అనుభవ సింహం.

"అడవిలోపల యీ అర్ధరాత్రి సమయంలో ముగ్గురు వచ్చారు అంటే– వాళ్ళు మాత్రమే వచ్చారని భావిస్తున్నావా? వాళ్ళు నిలబడిన ఆ చెట్టు క్రింద చూడు. దానికి ఆనించి పెట్టిన తుపాకులు నీకు కనుపించలేదా?"

తొందరపడిన సింహం తనంత తానే సిగ్గుపడి తలవంచుకుంది.

ఆశకు అంతుండాలి! తొందరపడి ఏ నిర్ణయం తీసుకోకూడదు.

గారడీ

రమ బజారులో కాయగూరలు కొనటానికి వెళుతున్నప్పుడు వెంట అరుణ్–అర్చన కూడా వెళ్ళారు. అలవాటుగా రమ వాళ్ళిద్దరినీ బజారు ఎప్పుడూ తీసుకువెళ్ళదు.

బజారుకు వెళ్ళినా– పచారీ షాపుకు వెళ్ళినా రమ ఒక్కర్తే వెళుతుంది. వెంట ఎవరినీ తీసుకుని వెళ్ళదు. ఎందుకంటే ఒకవేళ ఏదయినా షాపుకు వెళితే అక్కడ చాక్‌లెట్‌గానీ, ఐస్‌క్రీమ్‌గాని కొనిపెట్టమని మారాం చేస్తారు. లేదా మిఠాయిలు కొనమని గోలగోల చేస్తారు.

అందుకనే పిల్లలను యిద్దర్నీ తీసుకువెళ్ళదు. ఒకవేళ పొరపాటున తీసుకువెళితే వెళ్ళేటప్పుడు– వచ్చేటప్పుడు దారిలో ఏదయినా వింత జరుగుతుంటే అక్కడ ఆగిపోయి చూస్తారు. ఎవరైనా గోలీలు ఆడుతుంటే అక్కడ వుండిపోతారు. రమ మళ్ళీ వెనక్కి వెళ్ళి గదురుకుంటే అప్పుడు బయలుదేరి వస్తారు.

ఈ రోజు ఆదివారం కావటం మూలాన మారాం చేసి రమతో బయలుదేరారు.

ఈ రోజు పిల్లలతో బయలుదేరుతున్నాము. కనుక ఎలాగో ఆలస్యమవుతుందని ముందుగానే అనుకున్నది. తొందరగా పనిపూర్తి చేసుకుని యింటికి రావాలని అనుకున్నది.

ఒక ప్రక్క అలా వున్నా మరో ప్రక్క–

బయట ప్రపంచంలో తిరుగుతున్నందువల్ల పిల్లలలో జనరల్ నాలెడ్జి పెరుగుతుందని– ఎన్నో విషయాలు– విశేషాలు తెలుస్తాయని భావించింది.

మంచి వస్తువులు ఏవయినా పిల్లలు కొనుక్కుంటారని రమ ఆశించింది.

కాయగూరల బజారు సమీపిస్తుండగా అక్కడ ఒక పెద్ద గుంపు కనిపించింది.

“అమ్మా అక్కడ ఒక గుంపు వున్నదేమిటి చూడు” అన్నాడు అరుణ్.

“నీవు మాట్లాడకుండా నాతోరా, ఎవరెవరో ఏదేదో చేస్తుంటారు. అదంతా మనకెందుకు” అన్నది రమ.

“అమ్మా చూస్తానమ్మా” అంటూ అరుణ్ మారాం చేశాడు.

“అమ్మా... అమ్మా... ప్లీజ్...” అర్చన కూడా అరుణ్‌తో శృతి కలిపింది.

ఇద్దరు పిల్లల కోరికను కాదనలేకపోయింది రమ.

“సరే కొంచెం దూరంగా నిలబడి చూద్దాం”అంది రమ.

యిద్దరు పిల్లలను పట్టుకుంది రమ.

అక్కడ ఒక గారడీవాడు పాముకు– ముంగీసకు పోట్లాట పెడుతున్నాడు. అందుకోసమే అతను గట్టిగా అరుస్తున్నాడు. ఒక పెట్టెలోపల పామును పెట్టి మూసేశాడు.



ముంగిసను పిలకలాంటి ఒక పుల్లకు తాడుతోకట్టి వుంచాడు. ముంగిస అలా పరుగెత్తడాన్ని చూస్తున్న అరుణ్‌కు అర్చనకు చాలా సంతోషంగానూ ఆనందంగానూ వుంది.

“అమ్మా..అమ్మా.... ఆ ముంగిసకూ– పాముకు పోట్లాట జరిగే వరకూ చూసి వెళ్లిపోదాం” అని యిద్దరూ అన్నారు.

గారడీవాడు తరుచుగా అలా అరవటాన్ని చూసి రమకు కూడా చూడాలని ఆసక్తి కలిగింది.

దూరంగా నిలబడితే సరిగ్గా కనపడటంలేదని తోసుకుని కొంచెం ముందుకు వెళ్ళారు ముగ్గురూ. ఇప్పుడు బాగా కనుపిస్తుందని తృప్తిపడ్డారు.

కొంచెం కొంచెంగా గుంపు చాలా పెద్దదయిపోయింది. సమయం మించిపోతున్నది.

అయినా గారడీవాడు పాముకు– ముంగిసకు పోట్లాట పెట్టడం లేదు.

గారడీవాడు–

“అందరూ ఒకసారి గట్టిగా చప్పట్లు కొట్టండి” అని అన్నప్పుడు ఎంతో సంతోషంగా వుంది. “చివరికి రెండిటికీ పోట్లాట పెడతాడేమోనని అనిపిస్తూన్నది” అన్నది రమ.

“అవుననుకుంట” అన్నారు యిద్దరు పిల్లలు.

అరుణ, అర్చనలకు ఎంతో ఆనందంగా వుంది.

గారడీవాడు పెట్టెను తెరిచి పామును చేత్తో పట్టుకున్నప్పుడు రమకు కంగారు పుట్టింది.

భయంతో దాన్ని చూస్తున్నారు యిద్దరు పిల్లలు.

“అమ్మా! యిక పోట్లాటకు వదలబోతున్నాడు” అని అరుణ్, అర్చన చెప్పారు.

పాము– ముంగిస చాలా అపూర్వంగా పోట్లాడుతున్నట్లుగా రమ విన్నది. కొన్ని పుస్తకాలలో చదివింది. ఆ దృశ్యాన్ని యిప్పుడు పిల్లలతో చూడబోతున్నందుకు రమకు ఎంతో ఆనందంగానూ, సంతోషంగానూ వుంది.

ముగ్గురి చూపు గారడీవాడి యొక్క పాము మీద ముంగిస మీదనే వుంది.

అప్పుడు గారడీవాడు గుంపులోని వాళ్ళ కుర్రవాడిని పిలిచాడు. అతని చేతిలో ఒక పళ్ళెం ఉంది. అందరినీ డబ్బులు యివ్వమని అడుగుతున్నాడు.

"పాము– ముంగిస పోట్లాడుకోబోతున్నవి దయచేసి డబ్బులు వేయండి" అని చెబుతూనే గుంపు చుట్టూ తిరుగుతూ వచ్చాడు.

ఆ కుర్రవాడి పళ్ళెంలో అందరూ చిల్లర డబ్బులు వేశారు. పిల్లలతో రమ వున్నచోటికి వచ్చాడు ఆ కుర్రవాడు. "ఇంతకుముందు మీరు పాము– ముంగిస పోట్లాడుకోవడం చూసి వుండరు. డబ్బులు వేయి తల్లీ" అన్నాడు.

"అమ్మా పాపం బ్రతిమలాడుతున్నాడు. ఒక అర్థరూపాయి వేయమ్మా" అన్నాడు అరుణ్. "అవునమ్మా...." ఆ కుర్రవాడి కోసం సానుభూతిగా అంది అర్చన.

"సరే" అంటూ తలవూపి పర్స్‌కోసం బుట్టలో చేయిపెట్టగానే దిగ్గున ఆశ్చర్య పడింది.

ఆమె కాయగూరల కోసం తెచ్చిన డబ్బులు పర్సులో పెట్టుకుని వచ్చింది. దానిని ఎవరో మాయం చేశారు. విడిగా పెట్టుకున్న ఇరవై రూపాయలు కనుపించలేదు.

"అయ్యయ్యో! ఎవరో పర్స్ కాజేశారే! విడిగా పెట్టిన ఇరవై రూపాయలు కూడా పోయాయి." అంటూ మనసు లోనే ఏదో గొణుక్కుంటూ వుండిపోయింది.

గారడీ చూడడానికి వెళ్ళినప్పుడు ఎవరో ఆ సందర్భాన్ని ఉపయోగించుకున్నారు.

ఇక అరచి ప్రయోజనం లేదు. తిరిగి యింటికి వెళ్లిపోవటమే మంచిదని నిర్ణయించుకున్న రమ. పిల్లలను తీసుకుని గబాగబా యింటికి వస్తున్నది.

పిల్లలకు కారణం తెలియదు. వాళ్ళు ఎంతో ఆసక్తిగా వున్న ఆ గారడీ వంకే తిరిగి తిరిగి చూస్తున్నారు.

పిల్లలూ! యీ కథలో మీరు తెలుసుకున్న నీతి ఏమిటి? అనవసరంగా ఎక్కడా నిలబడి ఏమీ చూడకూడదు. అలా చూసినందువల్ల చేతిలో వున్నది కోల్పోయే పరిస్థితి ఏర్పడవచ్చు.

అసలు గారడీ అనేది చూడకుండా ఎవరి పనుల మీద వారు వెళితే ఏ ఇబ్బందీ వుండేది కాదు . అన్ని పనులూ సక్రమంగా జరిగేవి.

ఆమె ఏడ్చింది

మాధవరావు తన చేతిలో వున్న రెండు కలర్ ఫోటోలను మార్చి మార్చి చూస్తున్నాడు.

రెండు ఫోటోలూ లేత వయసు యువతులవే. దాంతోపాటు అతని తల్లి కాంతమ్మ వ్రాసిన వుత్తరం కూడా వుంది. అందులో ఇలా వుంది.

ప్రియమైన మాధవా!

ఈ ఇద్దరమ్మాయిలను నీ కోసం ఎంపికచేసి, వారి ఫోటోలను నీకు పంపుతున్నాను. మంచి ప్రదేశం మంచిగుణం వీళ్ళను గురించి వివరంగా వుత్తరంలో వుంది. యిద్దరూ బెంగుళూరు వాస్తవ్యులే. నీవు పనిచేసే ప్రదేశంలోనే ఆమె కూడా పనిచేస్తున్నది. ఒకావిడ కాలేజీలో చదువుతున్నది. జాతకాలు సరిపోయాయి. నీవు చూసి సరే అని చెబితే పూర్తి చేస్తాము. నీవు చెప్పబోయే సమాధానం ఒక వారం రోజులలోపు తెలియపరుచు. నీ వుత్తరం కోసం ఎదురు చూస్తుంటాను. నీవు ఎలా చెబితే అలా చేస్తాము. మేము ఏమీ ఆలస్యం చేయము. నిర్ణయం నీదే. నీ నిర్ణయం కోసం ఎదురు చూస్తూంటాం.

నీ ప్రియమైన అమ్మ
కాంతమ్మ

మాధవరావు చాలా సేపు ఆలోచించాడు. ఇద్దరూ అందంగానే వున్నారు. ఎదుటపడి చూస్తే ఒక నిర్ణయానికి రావచ్చును.

వెయ్యి మంది పనిచేసే ఆ పెద్ద సంస్థలో మొదటి యువతి అయిన మీరాను జ్ఞప్తికి తెచ్చుకుని కాసేపు ఆగి మళ్ళీ చూశాడు.

పసుపురంగు చుడీదారు, గుర్రంతోకలాంటి జడను ఎంతో ఆనందంగా వుంది. అందాల సుందరాంగి.

ఇక ఆలోచించలేదు.

సరాసరి కాలేజికి వెళ్ళింది.

మీనా అనే ఆ విద్యార్థిని మీరా కంటే రంగు. శరీర పొందిక ఎత్తులో ఒక అడుగు ఎక్కువగానే వుంటుంది. అలా కనుపిస్తుంది. ఒకటే నవ్వు. హుషారు...జాలీగా వుంటుంది.



మాధవరావు హృదయాన్ని దోచుకుంది. తరువాత ముహూర్తంలో వివాహం జరిగిపోయింది.

మొదటిరాత్రి ఆసక్తిగా తన భార్య యొక్క ముఖాన్ని లేచి చూశాడు. తడబడుతున్నాడు. ఆమె కళ్ళల్లో కన్నీటి బిందువులు "ఎందుకు ఏడుస్తున్నావ్?" ఆమె యొక్క ముఖాన్ని పైకి ఎత్తాడు.

"నేను మీకు నచ్చానని చెప్పగానే మా ఇంట్లో అందరూ నన్ను ఒడ్డు ఎక్కించాననుకున్నారు. వెంటనే పెళ్ళి చేసేశారు, నా చదువు గురించి ఎవరూ ఆలోచించలేదు" అంటూ ఎగతాళిగా మాట్లాడింది.

"పిచ్చిదానా! దీనికోసం ఏడవాలా? వివాహం అయితే చదవకూడదని ఎక్కడుంది. చదువును కంటిన్యూ చేయి. నేను చదివిస్తాను" అన్నాడు మాధవరావు.

ఆమె వూపిరి పీల్చుకుంది. "ఇకమీదట కాలేజీకి వెళ్ళి ఏమి ప్రయోజనం? ఇన్నాళ్ళుగా నన్ను కాలేజీ రాణిని అని నా వెనకాల కుర్రాళ్ళందరూ పిచ్చివాళ్ళలా వెనుకపడ్డారు. అందువల్ల నేను గర్వంగా వున్నాను. యిక మీదట మరొకతను తిన్న ఎంగిలి అని వదిలేస్తారు. అటువంటి జాలీ అయిన జీవితం వెళ్లిపోయింది."

మాధవరావు ఆశ్చర్యంతో ఆ అందగత్తెను చూస్తూ వుండిపోయాను.

ఖర్చు మనిషి

నన్ను చూడడానికి మా అమ్మా-నాన్న వచ్చారు. నా భార్య వారిని నోరారా వాళ్లను ఆహ్వానించి లోనికి తీసుకువెళ్ళింది. అయితే అది నోటివరకే పరిమితం. చేతలలో శూన్యం. వాళ్ళ నోటికి రుచికరంగా ఏమీ చేసి యివ్వలేదు. మామూలు భోజనమే పెట్టింది. ఒక ఆదివారం! మా అమ్మానాన్న తృప్తిగా వూరు వెళ్ళిపోవాలని తీర్మానించుకున్నారు. ఒక నెల గడిచింది.

మా మామగారూ అత్తగారూ కూతురును చూద్దామని వూరునుంచి వచ్చారు.

నెల ఆఖరురోజులు. చేతిలో పైసా లేదు. మా ఆవిడని చూశాను. అప్పో-సప్పో చేసి మా అత్తగారి వాళ్ళను బాగానే విందులతో ముంచెత్తింది.

తృప్తిగా తిని వూరు వెళ్ళిపోయారు. నాకు కోపం మీద కోపం వచ్చింది.



"గొడ్డులా చాకిరీ చేసి సంపాదించేది నేను. నన్ను కనిపెంచిన నా తల్లితండ్రులకు ఆకు కూరలతో అన్నం వడ్డించావ్! అయితే యివాళ మీ అమ్మా-నాన్నకు కూరలు- రోస్ట్‌లు తెగ చేశావ్" అంటూ ఆత్రంగా అరిచాను.

నా భార్య తృప్తిగా నవ్వింది. అది చూసి నాకు ఎంతో ఆశ్చర్యం వేసింది.

"మా అమ్మా! నాన్నలకు నేను సరిగా పెట్టలేదు అంటే పుట్టినింటిలోనూ కష్టం- మెట్టినింటిలోనూ కష్టం. పాపం ఒకపూట తినటానికి కూడా సరిగ్గాలేదు కూతురికి అని వాళ్ళెంతో బాధపడతారు. యిప్పుడు మా అమ్మాయి వసతిగా వుందని ఎంతో సంతోషిస్తారు." అంది.

"మరి మా వాళ్ళ సంగతి" అడిగాను. "వాళ్ళకు మన పరిస్థితి తెలుసు కదా! వాళ్ళకు మనం కొత్తగా తెలియపరిచేదేముంది?" అంది.

నా భార్య తెలివితేటలకు- బుద్ధిశాలితనానికి చూసి ఆమెను నేను ఎంతో మెచ్చుకుంటూ ఆమెను దగ్గరకు తీసుకున్నాను.

అరే, రోకలిబండ

ఒక ఇంటిలో అత్తగారూ– కోడలు కలిసి జీవిస్తున్నారు. వాళ్ళ తత్వాలు ఎలుక–పిల్లిలా మసులుకుంటున్నారు. ఒక రోజు ఇద్దరికీ గొడవవచ్చి, అత్తగారు కోడల్ని తిట్టింది. అందువల్ల కోడలికి విపరీతమైన కోపం వచ్చేసింది.

మరునాడు పగటివేళ– అత్తగారు పడుకుని నిద్రపోతున్నది.

అదే మంచి సమయం అనుకున్న కోడలు ఒక రోకలి బండను తీసుకుని అత్తగారి తలమీద గట్టిగా కొట్టింది. అత్తగారు అటు తిరిగి పడుకున్నది కనుక తల మీదనే కాకుండా మెడమీద కూడా బాగా తగిలింది. వలలో చిక్కిన చేపలా అత్తగారు కొట్టుకోసాగింది.

అదే సమయంలో కొడుకు వచ్చాడు. కోడలు పరుగెత్తుకెళ్ళి రోకలిబండను ఒక మూల దాచేసింది. కొడుకుని చూడగానే జరిగింది చెప్పాలని ప్రయత్నం చేసింది అత్తగారు.

అయితే ఆమె మాట్లాడదామనుకుంటే నోరు పెగల్లేదు. ఒక మూలగా పెట్టిన రోకలి బండను చూపించింది. చేతితో సైగ చేసింది. రోకలి బండను చూపుతున్నది. మళ్ళీ తన మెడను చూపుతున్నది. ఆ తరువాత నిలబడి వున్న కోడలిని చూపించింది. ఆమె ఎన్ని రకాలుగా సైగలు చేసినా అతనికి ఏమీ అర్థం కావటం లేదు.

"ఏమిటమ్మా చెబుతున్నావ్? ఏదో చెప్పాలనుకుంటున్నావ్? చెప్పలేకపోతున్నావ్? ఏమిటి విషయం?" అడిగాడు కొడుకు తల్లిని.

అయినా నోరు మెదపలేకపోయింది. వెక్కిళ్ళు పెడుతూ కొడుకు చేతులు మీదుగా ఆమె ప్రాణం వదిలింది.

"అమ్మ ఏమి చెబుతుందో నాకు అర్థం కాలేదు. నీకేమైనా అర్థమయిందా?" అంటూ భార్యవైపు చూశాడు భర్త. భార్య చెప్పింది. అమ్మసైగ చేసింది కరెక్టుగా సరిపోయింది.వెంటనే తాను తల్లిమెడలో వున్న నగలన్నీ తీసేసి భార్య మెడలో వేశాడు.

చూశారా! బాలలూ! కోడలి తెలివితేటలు.

అత్తగారి మీద కోపంతో ఆమెను కొట్టి చంపింది.

అంతేగాక తాను నేరస్తురాలు కాకుండా నగలన్నీ కొట్టేసింది. అమాయక భర్తలూ పారాహుషార్.

తాగింది కక్కుతాడు

ఒకదేశంలో ఒక మునీశ్వరుడున్నాడు. ఆయనకు ఆ వూరిలో మంచి ఆదరణ–మర్యాద వున్నాయి. ఆయన ఆ వూరిలో ఎవరింటికి వెళ్లినా ఆ ఇంట్లో కష్టాలు–విచారం పోయి సకల సౌభాగ్యాలతో వుంటారని వారి ప్రగాఢవిశ్వాసం. ఆ వూరి ప్రజలకు మంచి నమ్మకం.

ఆ దేశాన్ని ఒకరాజు పరిపాలిస్తున్నాడు. ఆయన పెద్ద కిలాడీ, ప్రజల్ని పీల్చి పిప్పి చేసి తన కార్యాన్ని నెరవేర్చుకుంటాడు.

అయినా అతని ఆశతీరలేదు. యింకా ఎక్కువ బంగారం– వస్తువులూ సేకరించాలని వుంది. అదే సమయంలో మునీశ్వరుడు గురించి విన్నాడు.

ఆయన దర్బారుకు వస్తే సకల ఐశ్వర్యాలు వస్తాయని ఆశించాడు. అందువల్ల ఆయన్ని పిలవటానికి వెళ్ళాడు.



"మునీశ్వరా! మీకు మా దర్బారుకు వచ్చి మమ్మల్ని ఆశీర్వదించండి" అని ఆహ్వానించాడు. ''నాకు విచ్చేయు సమయంలేదు మహారాజా!" అన్నాడు మునీశ్వరుడు.

"మాదర్బారుకు మీరు తప్పకుండా వచ్చి మా ఆతిథ్యం స్వీకరించాలి. మీరు వస్తేనే నా బాధలు తీరతాయి. మీరు మా దర్బారుకు వస్తే మా ఖజానా నిండుతుంది. మీకు మంచి విందు ఏర్పాటు చేస్తాను" అన్నాడు మహారాజు.

మునీశ్వరుని ఎంతో బ్రతిమలాడాడు. రమ్మని బలవంతం చేశాడు.

"సరే! రేపు ఆదివారం వస్తాను" అని మునీశ్వరుడు చెప్పాడు.

మహారాజు అమితానందంతో దర్బారుకు తిరిగి వచ్చాడు. కొంచెం సేపటిలో కుటీరానికి ఒక వ్యాపారి వచ్చాడు. అతడు కూడా మునీశ్వరుడిని తన యింటికి రమ్మని పిలిచాడు.

"నాకు తగిన సమయంలేదు" అని మునీశ్వరుడు చెప్పాడు. "అయ్యా! మా యింటిలో ప్రతి సమయంలోనూ అత్తా–కోడళ్ళు యిద్దరూ పోట్లాడుకుంటూవుంటారు.

మీరు వస్తేనే మా యింట్లో ప్రశాంతత ఏర్పడుతుంది. మీరు మా యింటికి వచ్చి కనీసం గంజయినా త్రాగండి" అంటూ వ్యాపారి కళ్ళనీళ్ళు పెట్టుకుని బ్రతిమలాడాడు.

"సరే ఆదివారం వస్తాను" అని మునీశ్వరుడు ఒప్పుకున్నాడు. ఆదివారం రానే వచ్చింది. మహారాజు–వడ–పాయసంతో విందు రెడీ చేశాడు. మునీశ్వరుడి రాకకోసం ఎదురు చూస్తున్నాడు. వ్యాపారి గంజి కాచి రెడీ చేశాడు.

"అతిథి వస్తున్నారు. ఆయనకు గొప్పగా ఏదయినా చేయాలి" అని వాళ్ళ అమ్మ వడలు తయారు చేసింది. కోడలు పిండి రుబ్బింది. కొంచెం సేపటిలో వ్యాపారియొక్క



యింటికి మునీశ్వరుడు వచ్చాడు. వ్యాపారి, అతని తల్లి, భార్య మొదలైనవారు ఆయనకు దండ ప్రణామాలు చేస్తూ ఆహ్వానించారు.

దర్బారులో మహారాజు కాచుకుని వున్నాడు. అయినా మునీశ్వరుడు రాలేదు. ఆయన వ్యాపారి యింటికి వెళ్ళిన విషయం ఎలాగో మహారాజుకు తెలిసిపోయింది.

వెంటనే వడలు–పాయసం ఒక వెండి పాత్రలో తీసుకుని వ్యాపారి యింటికి పరుగెత్తాడు మహారాజు.

అప్పుడే వ్యాపారి యింటిలో మునీశ్వరుడు తినటానికి కూర్చోబోతున్నాడు. వ్యాపారి ఒక గంజిని మట్టిపాత్రలో పోసి యిచ్చాడు. ఒక మట్టిపళ్ళెంలో వడలు పెట్టి యిచ్చాడు.

మునీశ్వరుడు ఒక వడను చేతిలోకి తీసుకుని తినబోతుండగా "ఆగండి.... ఆగండి.... తినకండి" అని అరుస్తూనే మహారాజు పరుగెత్తుకుని వచ్చాడు.

"నేను పాల పాయసము తీసుకుని వచ్చాను త్రాగండి" అని వెండి గ్లాసులో పోసి యిచ్చాడు.

"ఇది పటికబెల్లం– వడ తినండి" అని వెండిపళ్ళెంలో పెట్టి యిచ్చాడు.

మునీశ్వరుడు ఒక నవ్వు నవ్వాడు.

ఒక పటికబెల్లం– వడని చేత్తో పట్టుకున్నాడు. దాన్ని రెండు ముక్కలు చేశాడు. అందులోంచి రక్తం కారింది. అది చూసి రాజు, వ్యాపారి ఆశ్చర్యపోయారు.

మట్టి పాత్రలోంచి ఒక వడను తీసి దాన్ని రెండుముక్కలు చేశాడు. అందులోంచి పాలు వచ్చాయి.

తన యింటికి ఎవరు వచ్చి– " బిడ్డకు పాలు' అని అడగ్గానే డబ్బులు తీసుకోకుండానే పాలిచ్చేవాడు యితను" అని మునీశ్వరుడు వ్యాపారిని చూశాడు.

అతని చూపు మహారాజు వైపుకు మళ్ళింది.

"ప్రజలను పీల్చి పిప్పిచేసి వాళ్ల రక్తాన్ని వెచ్చించి డబ్బు చేసుకున్న వాడివి నువ్వు. ఆ రక్తమే నీ వడలోంచి కారుతున్నది. రక్తాన్ని నేను ఎలా త్రాగగలను" అని అడిగాడు.

మహారాజు సిగ్గుతో తలవంచుకున్నాడు. ఆ రోజునుంచి ప్రజల విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా నడుచుకుంటున్నాడు.

మునీశ్వరుడు వ్యాపారి వడలను తిని గంజి త్రాగాడు. వ్యాపారిని ఆశీర్వదించి– కుటీరానికి వెళ్ళిపోయాడు.

ఆ రోజు నుంచి వ్యాపారి యింటిలో అత్తా–కోడళ్ళు ఎంతో ఐకమత్యంగా వుంటున్నారు. యిల్లంతా చాలా ప్రశాంతంగా వుంది. ప్రశాంతతే నిజమైన దైవం. అనే విషయం వాళ్లు అనుభవం మీద తెలుసుకున్నారు.

గరుడరాజా

ఒక అడవిలో గరుడన్, గ్రద్ద, రాబందు, చిలుక, పిచ్చుక, కాకి, కొంగ, బాతు, కోకిల లాంటి పక్షులు మరియు ఎలుక, నెమలి, పాము లాంటి జంతువులకు ఎంతో ఐక్యత వుంది.

ఆ అడవిని "పక్షుల శరణాలయము" అని పిలుస్తుంటారు. మృగాలకు రాజు సింహం.

పక్షులకు రాజు గరుడపక్షి.

గరుడపక్షి తన జాతి పక్షులను ఎంతో ప్రేమతో– ఆప్యాయతా అనురాగాలతో ఎంతో ఆనందంతో సౌకర్యాలు సమకూర్చేది. అందువల్లనే గరుడపక్షి అంటే మిగిలిన పక్షులన్నీ ఎంతో గౌరవంగా– మర్యాదగా వుంటాయి.

వీళ్ళంతా ప్రశాంత జీవనం సాగిస్తున్న తరుణంలో ఆ అడవిలోకి ఒక ఏనుగు–ఒక నెమలి ప్రవేశించాయి. అక్కడున్న ఒక యేటిలో దిగిన ఆ యేటిని– నీటిని గజిబిజి చేస్తూ ధ్వంసం చేస్తున్నాయి.

ఇలా నాశనం చేయటం వలన పక్షులకు చాలా ఇబ్బందిగా వుంది. అదే విధంగా మరో యేటిలో మొసలి దిగి పక్షులు అక్కడ నివసించటానికే వీల్లేకుండా చేసింది. అందువల్ల పక్షులన్నీ ఒక చోటికి చేరాయి.

గరుడరాజును కలుసుకుని– ఏనుగు మొసలి చేస్తున్న చర్యలను చెప్పి తమను కాపాడమని వేడుకున్నాయి.

గరుడ రాజు కూడా తన ప్రజలు పడుతున్న బాధలు వినలేక ఎంతో విచారించింది. చివరకు ఇలా అంది.

"నా తోబుట్టువుల్లారా! మీరేమీ బాధపడకండి. మన శత్రువులు మన కంటే బలవంతులు. వాళ్ళను గెలవటం చాలా కష్టం. తెలివిగా వాళ్ళను ఎదుర్కోవాలి. కొంచెం ఓపిక పట్టండి" అని వాళ్ళను సముదాయించింది.

ఒక రోజున గరుడరాజు ఏనుగు దగ్గరకు వెళ్ళి–

"గజరాజా! మీరు యిలా యేటిని పాడుచేయడం వలన మా పక్షుల జాతికి చాలా యిబ్బందిగా వుంది. అందువల్ల ఇక్కడ నుంచి వెళ్లిపోండి" అని వేడుకొంది.

పొగరు ఎక్కిన ఆ ఏనుగు–

"అల్పమైన పక్షుల్లారా! నీవు ఎవరు నాకు బుద్ధి చెప్పటానికి నా తొండంతో నీ మీద గాలి వదిలానంటే నీవు అల్లంత దూరాన వెళ్ళి పడతావు. పారిపో" అని భయ పెట్టింది. అది విన్న గరుడరాజుకు కోపం వచ్చింది.

"ఏయ్! గజరాజా! నీ బలంతో నన్ను భయపెట్టాలని చూస్తున్నావా? నిన్ను ఒక తాడుతో కట్టి బంధిస్తే– అందులోంచి తప్పించుకుని బయటకు రాలేవు. తెలుసా?" అంది గరుడపక్షి.

దానికి ఏనుగు హేళనగా నవ్వుతూ– "ఆహాఁ అలాగా!రా చూద్దాం. నీ సవాలును నేను ఆహ్వానిస్తున్నాను" అన్నది ఏనుగు.



గరుడపక్షి ఆవేశంతో– "రేపు ఇదే సమయానికి తాడుతో వస్తాను. రెడీగా వుండు." అంటూ హెచ్చరించి వెళ్ళిపోయింది.

అదే విధంగా మొసలి దగ్గరకు వెళ్ళి– "యీ చోటు కాళీచేసి వేరే చోటుకు వెళ్ళిపొమ్మని" వేడుకుంది గరుడపక్షి.

అది విన్న మొసలి చాలా నిర్లక్ష్యంగా నవ్వుతూ గరుడపక్షిని చీదరించుకుంది.

చెట్టుమీద వున్న గరుడపక్షి– "ఏయ్ మొసలీ! నీవు నీ అసురబలంతో నన్ను బెదిరిస్తున్నావ్. గర్వంతో వున్నావు. ఒక చిన్న పందెం.

నిన్ను ఒక తాడుతో కట్టేస్తాను. అందులోంచి నీవు తప్పించుకోలేవు. చూద్దామా?" అన్నది. "ఓ రా చూద్దాం" అంది మొసలి. ఏనుగుకు చెప్పినట్లుగా మొసలికి కూడా "రేపు తాడుతో వస్తున్నాను. తయారుగా వుండు" అని చెప్పి ఎగిరి వెళ్లిపోయింది గరుడపక్షి. మరునాడు పెద్ద తాడుతో వెళ్ళిన గరుడపక్షి ఏనుగు వద్దకు వెళ్ళి దాని తొండమునకు యిరుకుగా తాడుకట్టి "ఏయ్ ఏనుగుగారూ! నేను చెట్టుపైకి ఎక్కి ఒక

ఈల వేస్తాను. అప్పుడు లాగండి" అని చెప్పేసి తాడుకి మరొక మొన అడవిమార్గం వెంట వెళుతున్న మొసలి మెడకు బాగా కట్టి, ఏనుగుకు చెప్పినట్టుగానే లాగవచ్చును" అని చెప్పగానే "నీ బలం చూపించు" అన్నది.

గరుడపక్షి చేసిన యీ తంత్రం ఏనుగుకు గాని లేదా మొసలికిగాని తెలియదు. అందువల్ల తాడును లాగే పోటీకి ఒప్పుకున్నాయి.

చెట్టుపైకి ఎగిరివెళ్ళిన గరుడపక్షి "యిక లాగవచ్చును" అన్నది.

పోటీ తారాస్థాయికి చేరుకుంది.

ఏనుగు– మొసలి తమ బలాన్ని ఉపయోగించి లాగుతున్నాయి. ఒక అంగుళం కూడా కదలలేదు. ఏనుగు బలం వల్ల– మొసలి పట్టువల్ల జరిగే పోటీని చూసి అన్ని పక్షులూ చెట్టుమీద కూర్చుని ఆనందంగా కేరింతలు కొడుతున్నాయి.

ఉదయం ప్రారంభించిన యీ పోటీ సాయంత్రం అయినా దరీ– అంతూలేదు. ఏనుగు మొసలి చెమటలు పట్టి అలిసిపోయాయి. ఆకలికి ఆగలేకపోతున్నాయి.

పైన కూర్చున్న పక్షులతో–

"మీ రాజాని పిలవండి" అన్నాయి.

మెల్లగా ఏనుగువద్దకు వచ్చింది గరుడపక్షి.

"ఏం కావాలి?" అని అడిగింది గరుడపక్షి.

ఏనుగు తన అపజయాన్ని ఒప్పుకుని "దయచేసి తాళ్ళు కట్లు విప్పు. మీ అడవి వదిలి పారిపోతాము" అని బ్రతిమలాడింది.

ఆ తరువాత మొసలి దగ్గరకు వెళ్ళింది. అది కూడా "మీ ఆకారాన్ని చూసి అంచనా వేశాను. మీ బలాన్ని మెచ్చుకుంటున్నాను. వెంటనే యీ తాడు కట్లు విప్పు" అంటూ కన్నీరు కార్చింది.

గరుడపక్షి వాటిపై జాలిపడి రెండు పెద్ద ఎలుకలను విడివిడిగా పిలిచి, ఏనుగు– మొసలికి తాళ్ళు విప్పమని చెప్పగానే వెంటనే ఎలుకలు రెండూ తాళ్ళని కొరికి పారేశాయి.

విడుదలయిన ఏనుగు– మొసలి యిక చాలన్నట్లు చెప్పా పెట్టకుండా పారిపోయాయి.

అడవి పాత పరిస్థితికి వచ్చింది. పక్షులన్నీ ఎంతో కుతూహలంతో గరుడపక్షి యొక్క తెలివితేటలకు– బుద్ధిశాలితనాన్ని అభినందించి తమతమ స్వంత స్వరాలతో అడవి అంతా దద్దరిల్లేలా చేశాయి.

వీరత్వం పదిపాళ్ళయితే అందులో తొమ్మిది పాళ్ళు తంత్రమే.

ఇలా కొందరు

"అమ్మా వెళ్ళివస్తాను."

అలవాటు ప్రకారం తొమ్మిది గంటలకు పనికి వెళ్ళే ఆరుముగం ఈ రోజు ఎనిమిది గంటలకే వెళ్ళిపోవటాన్ని చూసి ఆశ్చర్యపడి నిలబడిపోయింది అమ్మ.

"ఒరేయ్ కొంచెం నిలబడు నేనూ వస్తున్నాను. బస్‌స్టాండులో దింపేసి వెళ్ళిపో, మన మంత్రిగారు వస్తున్నారు. వారిని ఆహ్వానించాలి." నాన్నగారు ఆయన్ను అనుసరించారు. పార్టీ పనులకోసం తననే అర్పించుకుని కేవలం అమాయకుడు ఏకాంబరంగా వున్నవాడు యిప్పుడు పిడుగు ఏకాంబరంగా మారిపోయాడు.

తల్లిని– తండ్రిని తొంగి చూడటానికి కూడా సరయిన సమయం లేదు. ఆయన ఉద్దేశ్యమంతా– మనసంతా నిర్మలనే చుట్టివస్తున్నది. ఎర్రగా అందమైన శరీరం.

ఆకర్షణీయమైన బట్టలు, జడముందుకు వేసుకుని నడుస్తుంటే భువినుండి దివికి దిగివచ్చిన దేవకన్యలాగా వుండేది. ప్రతిరోజూ ఆ నిర్మల వస్తుంటే ఆరుముగం తప్ప వేరే ఎవరుచూసినా యిబ్బందిగానే వుంటుంది అయితే ఆరుముగానికి రోజురోజుకి కొత్తదనం కనుపిస్తున్నది.

నిర్మల–ఆరుముగం ఒక ప్రదేశంలో ఆరు సంవత్సరాలుగా పనిచేస్తున్నారు. అది పర్మనెంట్ జాబ్ కాదు. వీళ్ళతోపాటు పనిచేసేవాళ్ళు వేరే పనులు వెతుక్కుని వెళ్లిపోయారు. అయితే వీళ్ళ మాత్రం అదేపనిలో చేరిన కొన్ని నెలలోనే మొలిచిన ప్రేమ పైరు లేకుండానే విపరీతంగా పెరిగిపోయింది. దానికి కారణం!

అలవాటు ప్రకారం నిర్మలయొక్క ఇల్లు దాటుతుండగా సైకిల్ బెల్‌మీద చేయి వేసి నొక్కాడు. సైకిల్ బెల్‌వినపడగానే– కిటికీలోంచి నిర్మలయొక్క కంటిచూపు తనమీద పడగానే వేగంగా సైకిల్ తొక్కటం మొదలు పెట్టాడు ఆరుముగం.

"ఒరేయ్ నిలబడు. కాకినాడకు రామారావు వస్తాడేమో కనుక్కోవాలి. అతను కూడా మన మనిషే." తండ్రి గొంతు వినగానే నిర్మల తండ్రి రామారావు అని అర్థం చేసుకున్నాడు ఆరుముగం. వెంటనే సడన్‌బ్రేక్ వేశాడు.

టైర్ నేలను గీసుకుంటూ పది అడుగుల దూరంలో ఆగింది సైకిల్. "సరే, నీకు టైమ్ అయినట్టుంది. నీవు పనిలోకి వెళ్ళిపో. నేను రామారావును తీసుకుని నడిచివస్తాను."

నిర్మలకు ఊహించని షాక్ ఆరుముగం చిన్న బోయి సైకిల్ ఎక్కాడు, ఆఫీసుముందు టైమ్ చూశారు ఆరుముగం. సరిగ్గా ఎనిమిదింబావు.



మరో అయిదు నిమిషాలలో అక్కడకు పరుగెత్తు కొచ్చింది నిర్మల, ఊదారంగులో చీర, తెల్లరంగు కూజా ఆకారంలో వున్న జాకెట్టు వేసుకుంది.

"ఏమిటి నిర్మలా.... ఇలా వచ్చావ్? ఏదయినా సమస్యా?" గిల్లి గిల్లి జోలపాటపాడుతున్నట్టుంది. ఆరుముగం తీరు.

"అదేమీ కాదు. మనసు బాగుండలేదు. అంతే! ఏదో కోల్పోయినట్లు అనిపిస్తున్నది. ఏమిటో అర్థం కావటం లేదు." బాధతో వచ్చాయి మాటలు.

"నేను నిన్న చెప్పిన విషయం గురించి ఆలో చించావా? సరే అని మార్చు మాత్రం కోరుకో. ఎదురు గా వున్న కోట కాళీదేవాలయానికి వచ్చెయ్యి. ఉదయం మూడు గంటలకు దిండుకల్ బండిలో స్వామికి ఒక దండం పెట్టి ఎక్కేద్దాం. ఆ తరువాత పళనికి వెళదాం. పళని దేవాలయంలో వివాహం చేసుకుందాం."

ఆరుముగం మాట్లాడుతూనే వున్నాడు. బుగ్గమీద చెయ్యి పెట్టుకుని అలా చూస్తూ వుండిపోయింది నిర్మల.

"నేనూ ఆలోచించాను ఆరుముగమ్. అయితే యీ నిర్ణయం నాకు నచ్చలేదు" అంది నిర్మల.

"ఏమిటి నిర్మలా అలా అంటావు ఆఖరి నిమిషంలో అయితే యింతకాలం మనం ప్రేమించుకున్నదంతా అబద్ధమేనా?కేవలం వేషమా?" కోపంగా అరిచాడు ఆరుముగం.

"నేను చెప్పేది కాస్త విని– అర్థం చేసుకుని ఆ తరువాత కోపగించుకో" అని చెప్పిందినిర్మల.

"మీరు–నేనూ లేచిపోయి– పారిపోతే రాబోయే పరిణామాలు ఎలా వుంటాయో కొంచెం ఆలోచించండి" అంది నిర్మల.

"మన పరిచయం విషయం తెలియకుండా యీ రోజు వరకూ మనం స్నేహితులుగా వున్న వాళ్ళు అందరూ యీ వూరివాళ్ళే. వాళ్ళు అనుమానపడతారు. వాళ్ళకు తెలిసే వీళ్ళు పారిపోయారు అనుకుంటారు. మనప్రేమకోసం అమాయకులు ఎందుకు

బలికావాలి?ఎన్ని అవాంతరాలు వచ్చినా యిక్కడే పెళ్ళి చేసుకుని యిక్కడే కాపురం వుండాలి అది నిజాయితీ. మనం పారిపోతే మన రెండు కుటుంబాలకు చెడ్డపేరువస్తుంది".

మాటలను ప్రేమగా మల్లెపూవులుగా విసిరింది.

"అయితే యీ ప్రయత్నం వద్దంటావా" అని అడగాలనుకున్న ఆరుముగం నోటిని తన చేతులతో మూసింది నిర్మల.

"నన్ను మీరు మర్చిపోయినా మిమ్మల్ని నేను మరచిపోలేను. యిప్పుడే కాదు; ఎప్పటికీ నా కళ్ళకు మీరే భర్త. నా మనసులో వేరే ఎవరికీ స్థానం లేదు యిది నిజం."

ఆరుముగం తలమీద పెట్టిన నిర్మల చేతులు అపోజిషన్ పార్టీ దామోదరం గమనించటం మరువలేదు.



ఏకాంబరం–రామారావు యిద్దరు కలిసి కాకినాడ వెళ్లటాన్ని గమనించిన దామోదరం వాళ్ళ రాకకోసం బస్టాండులో ఎదురు చూస్తూ కూర్చున్నాడు.

వాళ్ళు రాగానే అగ్గిపెట్టె–కిరసనాయిల్ లేకుండానే నిప్పు అంటించేశాడు దామోదరం. దామోదరం పరుగెత్తుకెళ్ళి ఏకాంబరంతో విడిగా మాట్లాడాడు.

దూరంగా వుండి వీళ్ళ మాటలను గమనిస్తున్న రామారావుకు ఏకాంబరం మొహం మారిపోవటం గమనించకపోలేదు. దూరంలో నిలబడిన రామారావునుచూసి సైగలతోనే విడిపోయారు ఏకాంబరం.

రామారావుకు ఏమీ అర్థం కాలేదు. ఏదో రాజకీయం జరిగిందనే విషయం అర్థమయింది. సాయంకాలం రామారావు ఇంటికి వచ్చిన దామోదరం చెప్పిన తరువాత రామారావుకు విషయం అర్థమయింది. రామారావు మొహంలో ఒక ఆవేదన.

విడదీయరాని బంధాన్ని విడదీశాననే ఆనందంగా నడుస్తున్నాడు దామోదరం,

ఏకాంబరానికి హంగుబలం వుంది. అంతకు మించి రామారావుకు వుంది. యిద్దరూ తలబడితే కొండ కొండ ఢీకొన్నట్లుగా వుంటుంది. రక్త ప్రవాహాలు జరుగుతాయి.

ఎన్నికల సమయంలో వీళ్ళ పరిస్థితి ఎలా వుంటుందో ననుకుంటూ నడుస్తూనే వున్నాడు దామోదరం.



మరునాడు తెల్లవారింది. మొదటిరోజు నడిచినట్టుగానే హుషారుగా నడుస్తున్నాడు.

"ఈ సమయాలలోనే విసురుకత్తులు– త్రిశూలాలు విసరబడతాయి. యిక మీదట స్థానిక రాజకీయాలలోనే రెండు పార్టీలు వున్నాయి.

"వచ్చే పంచాయితీ ఎన్నికలలో మనం నిలబడితే గెలుపు ఖాయం. విడదీయరాని ఏకాంబరాన్ని–రామారావును విడదీసిన మీ ప్రేమకు నా అభినందనలు" అన్నాడు దామోదరం.

ఈ విషయాలన్నీ తనలో తానే అనుకుంటున్నట్టు నవ్వుతున్నాడు. ఎగురుతున్నాడు. తనలో అనుకుంటున్న ఆ గొంతు పైకి అనేసింది.

తలుపుతీసి చూసిన తను– ఆశ్చర్యంతో మునిగిపోయాడు. ఎదురుగా ఏకాంబరం–రామారావు విరగబడి నవ్వుకుంటూ మాట్లాడుకుంటున్నారు.

"అన్నా చాలా అనందంగా వుంది. వచ్చేవారం మన నాయకుడు జరిపే ఉచిత వివాహానికి మన వూరినుంచి ఒక జంటను అవసరంగా తీసుకురమ్మని నిన్న మంత్రిగారు నాకు" చెప్పారు.

మనం కూడా ఏమీ సమాధానం చెప్పకుండా వచ్చేశాం. మంచి సమయం. బస్సు దిగిరాగానే నీవు చెప్పిన విషయం నా కడుపులో పాలుపోసినట్టయింది. మంచి సమయంలో మన పిల్లలు ఒకర్ని ఒకరు కోరుకోవటం మంచి దయింది.వాళ్ళకు

మన నాయకుడి సమక్షంలో వచ్చేవారం వివాహం. సంబంధించిన యిద్దరం యిక్కడేవున్నాం. మీరు అర్జంటుగా రావాలి. ఇది ప్రేమ వివాహం మాత్రమేకాదు; వర్ణాంతర వివాహం కూడా.

చేతిలో పెట్టుకున్న తమలపాకుల పళ్ళాన్ని అందించాడు ఏకాంబరం–రామారావు.

ఏమి మాట్లాడకుండా నవ్వుతూ తమలపాకులు అందుకున్నాడు రామారావు.

తన ముక్కు వూడిపోయినా ఫరవాలేదుగాని విరోధికి అపశకునం జరగాలి అని ఆశించిన రామారావు తుమ్మాలని ప్రయత్నించాడుగాని తుమ్ము రాలేదు.

పట్టుదల

"నీవు ఎంతయినా చెప్పు రాజేశ్వరీ.....యిది నా మనసుకు అంతగా నచ్చటం లేదు" నందగోపాల్ మళ్ళీ రెట్టించాడు.

ఆయన యొక్క చూపులు అసూయ మార్గం వైపు పయనిస్తున్నాయి.

"మీరు బాగా ఆలోచించి చూడండి. భార్గవి ఎవరు? మనం కన్న కూతురు" రాజేశ్వరి బ్రతిమలాడే ధోరణిలో వాదిస్తున్నది.

గొంతు బొంగురుపోయింది.

"నీవు వెయ్యి చెప్పు. నేను దాన్ని స్వీకరించలేను. కనిపెంచి– పెద్దచేసి చదువు చెప్పించినాయన మొహం మీద ఉమ్మివేసి వెళ్ళిపోయిన సమయంలో ఆమెకు యిచ్చే శిక్ష యిది. అనుభవించనీయ్. అప్పుడు కన్నవారి ఆవేదన అర్థం అవుతుంది."

"అయ్యయ్యో ఏమిటండీ! సమయం సందర్భంలేకుండా మాట్లాడుతున్నారు. అది మనల్ని వదిలేసి వెళ్ళిపోవటం నేరమే, నేను కాదనటంలేదు. అయితే యిప్పుడు.....యిప్పుడు" యిక ఎక్కువగా మాట్లాడలేక గొంతుకు పూడుకుపోయింది రాజేశ్వరికి.

ఆయన సమాధానం చెప్పలేదు. ఆమె మళ్ళీ అంటున్నది.

"ఇప్పుడు దాని తలమీద పిడుగుపడింది.ప్రేమ– కాకరకాయ అని ఒకతన్ని నమ్మినందుకు ఇద్దరు పిల్లలతో నడిరోడ్డులో మోడుగా నిలబడింది."

"నిలబడనీయ్! దానికి మనం ఏం చేస్తాం! బాగా అనుభవించనీయ్, అయినా చూడు రాజేశ్వరీ! నా మాటను కాదని ఆమెగాని– ఆమె కన్నపిల్లలుగాని నా యింటి గుమ్మంలోనికి వచ్చినా నేను..... నేను మనిషిగా ప్రవర్తించను" మాటలతో పాతగాయం మాననట్టుగావుంది.



రాజేశ్వరి అంతకుమించిన మాట్లాడటానికి మనసురాక ఆయన ఆఫీసుకు వెళ్ళటానికి తగిన క్యారేజీ కట్టటంలో నిమగ్నమయింది. ఆయన ఆ పాత సైకిల్‌మీదనే ఎక్కి కోపంగా వెళుతున్నాడు.

ఆయన కూతురు భార్గవికి– ఇదుగో.... యీ సైకిల్‌కూ ఒకే వయసు. భార్గవి పుట్టటానికి ఒకటి రెండు రోజులు ముందుగా యీ సైకిల్‌ను కొన్నాడు. భార్గవిని ఎంత గారాబంగా పెంచాడో సైకిల్‌ను కూడా అంతకంటే గౌరవంగా– అతి సున్నితంగా– ఎవరికీ యివ్వకుండా తన ఒకచేతిమీదనే నడుపుకుంటూ వచ్చాడు.

అయింది. ఇదుగో– భార్గవికి– సైకిల్‌కి కూడా ఇరవై ఏడు సంవత్సరాలు. నడిపిన నడక తెలియకుండా కాలం రెక్కలు తెంచి ఎగిరిపోయినా కూడా ఆయన యొక్క అనుసరణమైన పరామర్శతో యింకా ఆ సైకిల్ బాగా గంభీరంగా ప్రయాణం చేస్తున్నది.

సైకిల్‌నే అంత ప్రేమగా చూస్తుంటే కన్న ఒకే ఒక కూతురైన భార్గవి మీద ప్రేమానురాగ, అభిమానాలు వుండవా? ఆమె ఏది అడిగితే అది కొనిచ్చేవాడు,ఆమె దేని మీద ఆశపడితే, ఆ ఆశను వెంటనే తీర్చేవాడు. ఆమెను ఎంత అల్లారుముద్దుగా పెంచాడో మనం వూహించు కోవచ్చు. ఆమె ఎప్పుడూ నవ్వుతూ– ఆనందంగా వుండాలనీ కేరింతలు కొడుతూ గడపాలనీ ఆశించిన భార్గవి జీవితం అడవిగాచిన వెన్నెలయింది.

పగలు తరువాత రాత్రి వస్తున్నట్లుగా కూతురుకు మరో ప్రక్క ఆమెను నిజంగానే చీకటి ఆవహించింది.

"నాన్నా.....నాన్నా...." అంటూ నిద్రలేచిన దగ్గర్నుంచీ పడుకునే సమయంవరకూ ఎంతో ప్రేమతో మాట్లాడుతూ అందరికీ తలలో నాలుకలా మెలగుతూ వున్న భార్గవికి ప్రేమ చిగురించగా చెప్పకుండా చేయకుండా ఆమె కట్టుకున్నచీరతోనే ప్రాణంతో సమానంగా చూసుకునే బంధాలను ఒక రాత్రిలో మొత్తంగా తెంపుకుని బయటకు వెళ్ళిపోయింది.

నందగోపాల్ మనసుకు బలమైన గాయం. మానని గాయం తరువాత ఏమనుకున్నారో ఏమిటో తెలియదు.. హఠాత్తుగా, ఆతృతగా లేచారు. భార్గవి యొక్క ఫోటోలు–పుస్తకాలు ఆమెకు వచ్చిన బహుమతులు– ఆమె బట్టలు– యింకా ఆమెకు సంబంధించిన అన్నిటినీ ఒక దుమ్ముధూళీ లేకుండా మొత్తంగా మంటపెట్టి కాల్చేశాడు.

బావిలోంచి బకెట్ల–బకెట్లగా నీళ్ళు తోడుతూ– తల మీద పోసుకుని రగులుతున్న మనసును సమాధానపరుచుకున్నట్లుగా స్కూలుకు వెళ్ళిపోయారు.

రాజేశ్వరి ఒంటరిగా కన్నీరు కారుస్తోంది.

ఏం చేయగలదు? పెంచిన ప్రేమానురాగాలను మరువలేకపోతున్నది.

ప్రేమముందు అన్నీ దిగదుడుపే. ప్రేమ పేరుతో ఎన్నో సామ్రాజ్యాలు– ఎందరో రాజులు నేలకొరిగారు. మరి కొందరు చరిత్ర కారులుగా మిగిలిపోయారు.

రాజ్యాలనే వదులుకున్న రాజులకు అంతులేదు.

ఇటీవల ప్రేమతో పడిన నేపాల్ రాకుమారుడు బలికావటం అందరకూ తెలిసిన విషయమే. ఏం చేయాలో పాలుపోవటం లేదు రాజేశ్వరికి. భర్తతో యీ విషయం చర్చించాలంటే భయం.

ఆయన అసలే ఉగ్గిమీద గుగ్గిలం అయిపోతున్నాడు. ఏదయినా మాట్లాడాలంటే అదిరిపోతున్నది. కక్కలేక మింగలేక సతమతమయిపోతున్నది రాజేశ్వరి. నందగోపాల్ ఎంతప్రేమగా వుంటాడో అంత కఠినాత్ముడు కూడా. భార్గవి యొక్క జ్ఞాపకాలు అలవాట్లు మరచిపోయి సుమారు ఆరు సంవత్సరాలు అయింది.

నిన్ననే భార్గవి దగ్గర్నుంచి స్పీడు పోస్ట్‌లో ఒక వుత్తరం వచ్చింది. విచారంగా కన్నీరు కారుస్తూ.. సమాధానం కోసం ఎదురు చూడకుండా ఉత్తరం వ్రాసింది.

ఆమె తెలుసుకున్న ప్రేమ జీవితానికి హఠాత్తుగా కాలం ఫుల్‌స్టాప్ పెట్టింది.

అవును..... భార్గవిని ప్రేమించిన భర్త ఒక కారు ప్రమాదంలో చనిపోయాడు.

ఇద్దరు పిల్లలతో జీవితంలోనే ప్రశ్నార్థకంగా మిగిలిపోయింది. ఆమె కన్నీరు మున్నీరుగా ఏడుస్తున్నది.

ఉత్తరం చదవగానే భూకంపం వచ్చినట్టు-

ఎవరో పట్టుకుని ఒకలోయలోకి తోసేసినట్టు అయిపోయింది.

ఎంతో పరితపించిపోతున్నది రాజేశ్వరి.

కన్నకడుపు-ప్రేమానురాగాలు- మమకారం- యివన్నీ చంపుకుని ఎలా బ్రతకగలదు?

తిట్టుకుంటున్నా - ఎంతో గుండె నిబ్బరంగా వుండి కార్యక్రమాలు చేసుకుంటున్న నందగోపాల్‌కూడా యీ ఉత్తరం చదవగానే కాసేపు గుండె ఆగిపోయి మళ్లీ కొట్టుకోవడం మొదలయింది.

భూమిని చీల్చుకుని లోనికి వెళ్లిపోతున్నట్లు అనిపించింది.

“భార్గవీ, నా కన్నకూతురా” అంటూ లోలోపలే మనసులోనే కుమిలిపోతున్నారు. అయితే దాన్ని బయటకు కనపడనీయకుండా తనలో తానే కృంగి, కృశించిపోతున్నారు.

“రాజేశ్వరీ!” గట్టిగా అరిచాడు నందగోపాల్.

ఉలిక్కి పడింది రాజేశ్వరి.

“చూడు రాజేశ్వరీ! నీ కూతురు జీవితం ముగిసింది. ప్రేమ ప్రేమ అంటూ విర్రవీగింది. పెద్దలమాట అసలు లెక్క చేయలేదు. తల్లితండ్రులంటే గౌరవం అంత కన్నా లేదు. దాని జీవితం కన్నీరు మున్నీరు అయింది” అంటూంటే రాజేశ్వరి దుఃఖాన్ని ఆపుకోలేపోతున్నది. భోరుమంటే నందగోపాల్ యింకా మండి పడిపోతాడు. అందుకే చావలేక బ్రతకలేక అల్లాడిపోతున్నది.

నందగోపాల్ తిడుతున్నాడుగాని రాజేశ్వరి నోరు మెదపటానికి కూడా అవకాశం యివ్వటం లేదు.

నందగోపాల్ యింటిలో ఎంత గొడవ చేస్తున్నా. ఎంత హడావిడి పడుతూ వున్నా స్కూలులో మాత్రం ప్రశాంతంగా వుండలేకపోతున్నాడు.

అన్నీ భార్గవి జ్ఞాపకాలేఈగల్లా ముసురుతున్నాయి. పిల్లలకు పాఠాలు చెప్పలేక పోతున్నాడు. తాను ఎంత నిగ్రహించుకుందామనుకున్నా భార్గవి మాటలు-చేతలు సినిమా రీళ్ళులా కళ్ళముందు కనపడుతున్నాయి.



షర్టు జేబులో వున్న భార్గవి ఉత్తరాన్ని ఎన్నిసార్లు చదువుతున్నా తన ఆతృత తీరటంలేదు. ఎంత ఆపుకుందామన్నా దుఃఖం ఆగటం లేదు.

పైకి డాంబికంగా కనుపిస్తున్నా మనసులో మాత్రం దుఃఖం కట్టలు త్రెంచుకుని ప్రవహిస్తున్నది.

కాని అంతరాత్మ అర్థం చేసుకున్న ఆత్మాభిమానంగల స్నేహితుడు సహ ఉపాధ్యాయుడు అయిన పద్మనాభం గదివైపు వెళ్ళాడు.

ఆయన నవ్వుతూ ఆహ్వానించాడు.

నందగోపాల్ వొళ్ళంతా చెమటలు కార్చుకుంటూ ఎదురుగా కూర్చున్నారు. ఆయన మొహం చూడగానే ఆయనేదో ఇబ్బందుల్లోనే సమస్యల్లోనో యిరుక్కున్నాడని గ్రహించిన పద్మనాభం ఆదరణగా ఆయన యొక్క భుజం తడుతూ-

“నందూ సార్! ఏమిటి మీ సమస్య? మొహం అదోలా వుంది చెప్పండి. నా చేతనయిన సాయం చేస్తాను” అని ఎంతో ఆప్యాయంగా ఆయన్ని విచారించగా నందగోపాల్ ద్వారా సమాధానం చెప్పలేకపోయాడు. కళ్ళ వెంట నీళ్ళు రాగా నోరు పూడుకుపోయింది.

చేసేదిలేక తన జేబులో వున్న లెటర్‌ను ఆయన కందించాడు.

ఆశ్చర్యపోతూ చూస్తున్న పద్మనాభం తీసుకుని చదివాడు. అక్కడ కొంచెం మౌనం రాజ్యం చేసింది. "ఊహూ౦ మీరు వెళ్ళి మీ అమ్మాయిని చూశారా?" అడిగాడు సహ ఉపాధ్యాయుడు పద్మనాభం. సమాధానం లేదు. అనే విధంగా నందగోపాల్ తలను లేదని ఆడించాడు.

"ఏమిటి నందగోపాల్ మీరు? పాత విషయాలన్నీ మరచిపోయారు. భార్గవి ఎవరో కాదు; మీరు కనిపెంచి పెద్దచేసిన అతి గారాబాల కూతురు. పోనీ నలుగురు వున్నారా? ఒకే ఒక కూతురు ఆమె ఏదో ప్రేమలో తప్పటడుగు వేసింది.అయినా ఆ కాపురం కొన్నాళ్ళు సజావుగా సాగింది.

భార్గవి మీకు దూరమైనా, భర్తకు దగ్గరయి తన కాపురాన్ని, తాను చేసుకుంటూ వచ్చింది. అయితే విధి ఆమె మీద సీతకన్ను వేసింది.

భగవంతుడుచిన్నచూపు చూశాడు. అనుకోని హఠాత్పరిణామానికి భార్గవి ఏం చేస్తుంది? ఆమె జీవితాన్ని కోల్పోయినప్పుడు ఒంటరిగా నిలబడి పోయినప్పుడు చేయూతనిచ్చి సహాయం చేస్తేనే, మానవత్వం అనిపించుకుంటుంది.

ఇప్పుడు వెళ్ళి పాత కోపతాపాలను మనసులో పెట్టుకుని వుండటం సరికాదు. మొదటవెళ్ళి మీ అమ్మాయిని- మనవడు- మనవరాలిని మీ యింటికి తీసుకురండి" అన్నాడు పద్మనాభం.

"న....నన్ను మసం చేసిన దానిని -నన్ను అవమాన పరచిన దానిని- నన్ను కాదని వెళ్ళినదాన్ని- వెళ్ళి నేను... నేను ఎలా నా మనసులో చోటు నే ఇవ్వలేను పద్మనాభం.." కొంచెం గట్టిగానే అరిచాడు నందగోపాల్.

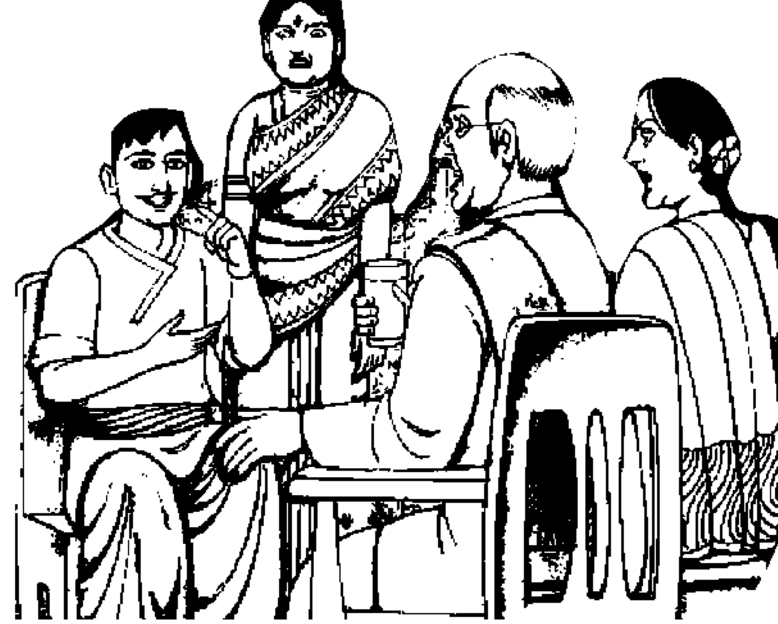
"సార్! మనిషి తాను ఎంత కదిలితే శరీరం అంత కదులుతుంది. నీ మనసులో చోటు చూపించకుండా నా యీ లెటర్ చూసి పరితపించిపోతున్నారు. మనసుకు తాళం వేసి పెట్టి చాలామంది మనోవ్యాధిగ్రస్తులై ఆస్పత్రిపాలవుతున్నారు.

ఆ జాబితాలోకి మీరు వెళ్ళకండి.

అందరూ చేస్తున్న తప్పును మీరు చేయకండి.

తప్పులన్నీ మన్నిస్తేనే మానవత్వం అనిపించుకుంటుంది.

కన్నకూతురు పరితపిస్తూ నిలబడినప్పుడు లోలోపల జరిగే మనస్తాప పోరాటాన్ని రూపుమాపి బయట ప్రపంచం కోసం వేషం వేయకండి. మీకు మీరే తీసుకున్న నిర్ణయాలను వదిలి బయటకు రండి.



బయట ప్రపంచాన్ని ఒకసారి పరికించి చూడండి.

తల్లీ, తండ్రీ, ఆదరణలేని ఎందరో విగతజీవులు వ్యభిచారులుగా మారిపోతున్నారు.

మరెందరో నిర్భాగ్యులు పొట్టగడవక ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటున్నారు. మరి కొందరు హంతకులుగా మారుతున్నారు.

వాళ్ల జీవితాలు ఎంత నికృష్టంగా వుంటాయో ఒక్కసారి ఆలోచించండి.

అటువంటి వాళ్ళ లిస్టులోకి మనం చేరకుండా వుండాలి.

అందుకు అమ్మాయికి ఆదరణ అవసరం. అదరణలేని జీవితం నిరాధారమవుతుంది.

అడవిగాచిన వెన్నెలవుతుంది.

భార్గవి అలా కాకూడదు.

మీ అమ్మాయిగానే జీవించాలి.

అందరూ బాగున్నప్పుడు సరదాగా ఆనందంగా వున్నప్పుడు చూపించేది ప్రేమకాదు. అది బాధ్యత. ఒక ప్రాణం కొట్టుకులాడుపోతున్నాడో తడబాటుపడుతూ దారితప్పి నిలబడినప్పుడే చేయూతనిచ్చి ఆదుకోవడం నిజమైన ప్రేమ.



"నేను మీకు పెద్దగా చెప్పనవసరం లేదనుకుంటాను" అంటూ పద్మనాభం సానుభూతిగానూ అదే సమయంలో– బాగా నొక్కి చెప్పటం వల్ల నందగోపాల్ యొక్క మనసు చీకటి గుహలో నుంచి వెలుతురు వరదలా పారిపోయినట్టుగా పొంగిపోయింది.

కేవలం పద్మనాభం మాటలేకాక నందగోపాల్ బాగా ఆలోచించాడు. భార్గవిని తీసుకుని వద్దామనే నిర్ణయించుకున్నాడు.



ఉత్తరం వ్రాసినా సమాధానం రాకపోయేసరికి భార్గవికి ఏమీ తోచలేదు.

ఒకవేళ నా మీద కోపంతో నన్ను వదిలేశారా? అనుకుంది భార్గవి.

తల్లితండ్రులను కాదనుకుని వెళ్ళిపోయిన భార్గవికి భర్త ఆదరణలో తల్లితండ్రులను మైమరపిస్తుంది.

అందువల్లనే తల్లిదండ్రులను గుర్తుకు రానీయకుండా ఎంతో ఆప్యాయంగా ప్రేమానురాగాలతో చూసుకునే వాడు భర్త.

ఇలా ఆలోచిస్తున్న భార్గవికి తలుపు చప్పుడవటంతో ఆలోచనలకు అంతరాయం ఏర్పడింది.

గబగబా వెళ్ళి తలుపు తీసింది. ఎదురుగా తండ్రి నందగోపాల్.

తండ్రి రాకకోసం ఎదురు చూస్తున్నా– తీరా తండ్రి గుమ్మంలో కనుపించేసరికి ఆశ్చర్యపోవటం భార్గవి వంతయింది. "నాన్నా" అంటూ భోరున ఏడ్చింది.

చేతిలో సంచి అందుకున్నది. లోపలికి వెళ్ళింది భార్గవి. అనుసరించాడు నందగోపాల్.

"నాన్నా! నేను మీకు తీరని ద్రోహం చేశాను. మీరు ఏమీ చేయకపోయినా విధి నాకు శిక్ష విధించింది. అనుభవిస్తున్నాను నాన్నా!" అంటూ ఏడ్చింది.

నందగోపాల్ కూడా కళ్ళ నీళ్ళు పెట్టుకున్నాడు.

"బయలుదేరమ్మా! గతం అంతా మర్చిపో, జరగవలసిన కార్యక్రమం చూడమ్మా! మన యింటికి వెళదాం" అన్నాడు.

మనసు దిటవు చేసుకుని తండ్రితో బయలుదేరింది భార్గవి,.

ప్రయాణంలో ఇద్దరూ మాట్లాడుకోలేదు.

ప్రయాణం బాగానే సాగింది.

అది సాయంకాలం.

మూసిన కన్ను తెరవకుండా గుమ్మంవంకే చూస్తున్న రాజేశ్వరి ఆ దృశ్యాన్ని చూసి నమ్మలేకపోయింది.

ముందుగా భర్త నందగోపాల్– వెనుక ఇద్దరు పిల్లలతో భార్గవి నిలబడి ఉన్నారు.

నందగోపాల్ భార్గవిని లోనికి రమ్మని పిలుస్తున్నారు.

తోటలో పెరిగిన చెట్లను కత్తెరతో కోస్తాము, ఆ విధంగా కనిపెంచిన వాటిని కోయగలమా?

ఇంటివైద్యం

బాబు ఆఫీసు నుంచి తిరిగి యింటికి వచ్చేవరూ యిల్లు నిశ్శబ్దంగా వుంది.

వరండాలో లైటు వెలగటం లేదు. టెలివిజన్ ప్రశాంతంగా వుంది.

తల్లి పుణ్యవతి గోడకు ఆనుకుని ఆకాశాన్ని చూస్తూ వుండిపోయింది. భార్య ప్రియ ఒక మూలలో మొహాన్ని కందగడ్డలా చేసుకుని కూర్చుంది. ఇంటిలోవున్న యీ ప్రశాంతతకు ముందు నిశ్చయంగా అక్కడ చిన్నతుపాన్ వీచి వుండాలని అతను ఊహించుకున్నాడు.

అతన్ని చూడగానే ప్రియ దిగ్గున లేచి లైటు వేసింది.

బాబు బట్టలు మార్చుకుని వచ్చి కూర్చున్నాడు.

"ఏమిటి పరిస్థితి? తారుమారులా కనపడుతున్నది" అని అడిగాడు.

భార్య కేవలం- అబద్ధపు నవ్వు నవ్వింది.

అమ్మదగ్గర విల్లంబులా సమాధానం వచ్చింది.

"రాను రాను యీ యింటిలో నాకు మర్యాద లేకుండాపోయింది. యింకా నేను యిక్కడ వుండటంలో అర్థం లేదు. నన్ను ఎక్కడికైనా వృద్ధుల ఆశ్రమం- అనాధ శరణాలయం ఎక్కడికయినా తీసుకెళ్ళి వదిలేయండి. ప్రశాంతంగా వుంటాను"అంది అంటూ తలభారంగా వుండగా వస్తున్న జలుబును చీదింది.

"ఛ..ఛ...నీకు ఆ వృద్ధుల ఆశ్రమం కూడా పనిచేయదు. అసలు ఏం జరిగింది? చెప్పమ్మా?" అన్నాడు బాబు.

"మీ ఆవిడనే అడుగు చెబుతుంది" అంది తల్లి.

భార్య అతనికి సపర్యలు చేస్తూనే చెప్పింది.

"ఏమీ లేదండీ... నా పాత స్నేహితురాలు ఒకావిడ వచ్చింది. ఆమెకు అత్తయ్య తెలియదు. యీ పెద్దావిడ ఎవరూ అని అడిగింది. అంతే! ఆమె వెళ్ళిపోగానే నన్ను దమదమ లాడించేసింది.

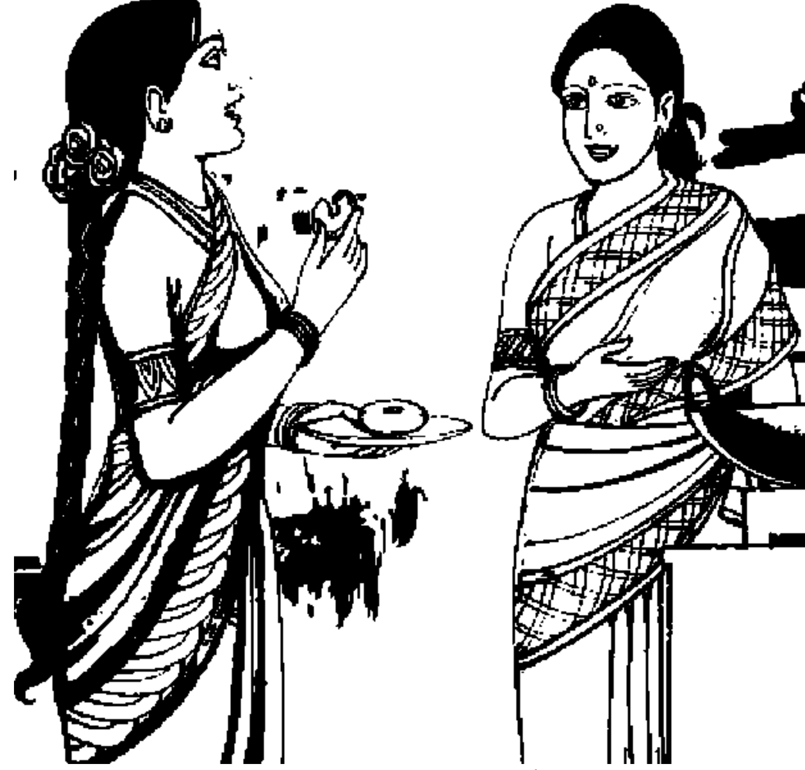
బాబు నవ్వును ఆపుకుని-

"ఎవరా అధిక ప్రసంగి స్నేహితురాలు. నేను వున్నట్టయితే ఆమెను మెడపట్టుకుని బయటకు గెంటేవాడిని" అన్నాడు.

"నీవు ఆ పని చేస్తావురా! నాకు తెలుసు. అయితే యీమె ఏం చేసింది? ఆమెను కూర్చోబెట్టి పాయసం యిచ్చింది. అంతేకాదు వాళ్ళ నవ్వులు పకపకలు- లుకలుకలు చూడాలి. నన్ను పెద్దావిడ- ముసలిది అనగానే యీవిడికి అంత ఆనందం."

"అత్తయ్యా ఆమె ముసలిది అని ఏమీ అనలేదు" అంది ప్రియ.

"వినరా విను.. అలా అనలేదని యీమెకు బాధగా వున్నట్టుంది. నాకు ఎందుకులే అనవసరపు మాటలు. మీ ఆవిడ నన్ను ఏదో విధంగా తక్కువ చేసే మాట్లాడుతున్నది. తెల్లారగానే యీవిడతో పోట్లాడే ఓపిక నాకు లేదు. నీకు పుణ్యం వుంటుంది. నన్ను ఎక్కడైనా నీ యిష్టం వచ్చిన చోట చేర్పించు"



బాబుకు యీ మాటలు చిరాకు అనిపించాయి. "ఇవేం మాటలమ్మా అసహ్యంగా! ఏ విషయం వచ్చినా, నన్ను వృద్ధుల ఆశ్రమంలో చేర్చు.... చేర్చు.. అని నోటితో అంటే సరిపోతుందా? కన్న కొడుకుని రాయిలాగా వున్నాను" అన్నాడు.

"అవునురా! నీవు రాయి మాదిరిగానే వున్నావు. చెవిలోకి ఏదయినా ఎక్కించుకుంటే కదా! నేను పడింది చాలు,ఈ యిల్లు వదిలి నేను బయటకు పోతే మీరు అందరూ సుఖంగా వుంటారు"

"సరే..... నీ కోరిక... నీకు యిక్కడ వుండటం యిష్టంలేదు. అంతేకదా! రేపు విచారించి నీ విషయం తరువాత చూద్దాము. నిన్ను అక్కడ వదిలేసి వస్తాను, సరేనా?" అన్నాడు బాబు.

ఆమె అదోలా చూసింది. అతనికి చిరాకు అనిపించింది. ఆ రోజు ఆదివారం.



అమ్మను వృద్ధుల ఆశ్రమంలోకి చేర్చటానికి అన్నిఏర్పాట్లు చేసినట్టు చెప్పాడు. ఆమె తరచుగా అలా అనటం అతను రేపే తీసుకుని వెళ్ళి జాయిన్ చేస్తాను అని చెప్పటం అలవాటే మరి.

అయితే యిప్పుడు నిజంగానే ఏర్పాటు చేసినట్లు చెప్పగానే అమ్మకు కొంచెం ఆశ్చర్యం వేసింది. అయినా ఆమె ఆవేశం తగ్గలేదు. అప్పుడే తన బట్టలన్నీ తీసుకుని బయలుదేరింది.

బాబు, ఆటో పిలుచుకువచ్చాడు.

"అత్తయ్యా! మీరు ఎప్పుడు కావాలన్నా యిక్కడకు తిరిగి వచ్చేయవచ్చు. యిది మీ యిల్లు" అని కోడలు గుమ్మం వరకు వచ్చి చెప్పింది.

పుణ్యవతి మొహంలో ఎటువంటి ఆవేదనా లేదు.

"సరేలే అమ్మా! యిప్పుడైనా నోరు తెరిచి ముత్యాలు రాల్చావు" అని ఎగతాళిగా చెప్పి స్పీడుగా నడుచుకుంటూ వెళ్ళి ఆటోలో ఎక్కింది.

ఆ తరువాత బాబు కూడా ఎక్కి కూర్చున్నాడు.

ఆటో ఎక్కడెక్కడో తిరిగి చివరికి తాళం వేసి వున్న ఒక యింటిముందు వచ్చి ఆగింది.

"ఇదే నేరా వృద్ధుల ఆశ్రమం" బాబు తన జేబులోంచి తాళాన్ని తీశాడు.

"లోపలికి రామ్మా వెళదాము" అన్నాడు.

అమ్మ మెల్లగా దిగి అతని వెంట నడిచింది. అది చాలా చిన్నయిల్లు. వంటగది– గిన్నెలు పళ్లాలు సామానులున్నాయి. టి.వి అంటూ అన్నీ వున్నాయి. దండంపై చీర వ్రేలాడుతుంది.

"ఎవరి యిల్లురా ఇది లేడీస్ కాపురం వున్నట్లు తెలుస్తున్నది."

"అవునమ్మా! యింటి సొంతవాళ్ళు వుంటున్నారు. ఇంటావిడ వాళ్ళ వూరు వెళ్ళింది. రేపు వస్తుంది."

"ఇక్కడికి ఎందుకురా నన్ను తీసుకుని వచ్చావు? వృద్ధుల యిల్లుకే కదా వెళ్ళాలి.

"ఇదుగో చూడమ్మా!వూరికే వృద్ధుల యిల్లు.. వృద్ధులయిల్లు అంటూ మాట్లాడవద్దు. కన్నతల్లికి అన్నం పెట్టలేనివాడు అక్కడకు వెళ్ళి వదిలేశాడు అని వూరంతా నన్ను రాపాడుతుంది.నీ కోడలుతో వుండటానికి నీకు నచ్చలేదు. మాట్లాడకుండా యిక్కడే వుండు. యీమె నిన్ను ఏలోటూ లేకుండా" చూసుకుంటోంది.

"ఎవరురా ఆ ఆమె? ఎవరు నన్ను చూసుకునేది. ఎవరో ముందు వెనుక యింటిలో నేను ఎందుకు వుండాలి."

"ఈమె ఎవరో కాదమ్మా! యీమె కూడా మీకు కోడలే అవుతుంది" అమ్మ అదిరిపోయింది. "ఏమిటిరా అంటున్నావు?"

"అమ్మా నీవు, నీ కోడలు రెస్ట్ లేకుండా గొడవలు పడుతున్నారు కదా! అందువల్ల నాకు మన యిల్లు అస్సలు నచ్చటం లేదు. యిక్కడ నాకు ప్రశాంతత లేదు. యీమె నా మీద ఎన్నో ఆశలు పెంచుకుంది.నా మీద ప్రాణాలు పెట్టుకుని జీవిస్తున్నది.

అగ్ని పర్వతంలా విరుచుకు పడింది అమ్మ.

"ఏమిటిరా ఇది. యీమెతో నీవు జీవిస్తున్నావా? అలాంటప్పుడు" అంటూ కొడుకును అదోలా చూసింది.

బాబు తలవంచుకుని నిలబడ్డాడు. ఎంతయినా తల్లి. తాను ఎంత గట్టిగా ధైర్యంగా, మాట్లాడినా–

జన్మనిచ్చింది తల్లి కాబట్టి ఆ సమయంలో తలవంచక తప్పలేదు బాబుకు.

'ఒరేయ్ పాపాత్ముడా! నేను కన్నకొడుకువిరా.మీ నాన్నగారు పరాయి ఆడదాని గాలే సోకేదికాదు. ఆడది అనే మూడు అక్షరాలు కనపడితే చాలు చాలా దూరంగా వుండేవాడు. ఆడదాని జీవితం అరిటాకుల లాంటిదిరా అనేవాడు.నీవు చూస్తే యిలా అయ్యావు." ఆవేశపడిపోయింది తల్లి.

"లేకపోతే ఏమిటమ్మా! ఇంటిలో చూస్తేనేమో విరామంలేని గొడవలు– చిన్న చిన్న విషయాలన్నిటికీ అత్తా కోడళ్ళు యిద్దరూ కొప్పులు పట్టుకుని దెబ్బలాట. మీకు ఎలాగుందోగాని నాకు మహా చెడ్డ చిరాకుగా వుంది. ఎన్నాళ్ళు నేనీ నరకం అనుభవించాలి. మనిషి ఆఫీసుకు వెళ్ళి యింటికి తిరిగి వచ్చాడంటే ప్రశాంతత అక్కరలేదా? ఎప్పుడు చూసినా నీవూ– ఆమె మొహాలు మాడ్చుకుని కూర్చుంటారు. ఎన్ని రోజులు– ఎన్నిసార్లు మిమ్మల్ని సవరదీసి సమాధాన పరచాలి. ప్రతి రోజూ నేను వింటున్న భజనయిది. యింకా ఏమి చేయాలి నేను. పోనీ బలమైన కారణం వుందా అంటే అదీలేదు".

అసలు యీ అత్తాకోడళ్ళు ఎందుకిలా గొడవలు పడతారు.

ఇది ఎవరివల్ల వస్తున్నది.

యీ గొడవలకు మూలకారణం ఎవరు?

అత్తా!కోడలా! ఎవరు?

ఎవరిని నిర్ణయించాలి.

కనిపెంచి పెద్దచేసిన జన్మనిచ్చిన తల్లి.

వెన్నంటి వుంటూ సపర్యలు చేస్తూ కడతేర్చవలసిన భార్య.

ఎవరిని కాదనాలి?

యిద్దరూ రెండు కళ్ళులాంటివాళ్ళు.

అందులో ఏ కన్ను పోయినా లోకంలో సగం చూపు కోల్పోయినట్లు అవుతుంది. మనిషికి ఏ కన్ను పోయినా గుడ్డివాడయిపోతాడు. కొందరు చెప్పుడు మాటలు విని వేరు కాపురం పెడతారు.

కొందరు త్రాగివచ్చి పెళ్ళాన్ని- తల్లిని కొడతారు.

రకరకాల మనుషులు రకరకాల మనస్తత్వాలు.

యిలా ఆలోచిస్తున్నాడు.

"ఏమిటిరా దానికి యిదా పరిష్కారం! నీకు చేతకాక అట్లా చేసుకుంటున్నావు. అందరూ కాపురాలు చేసుకోవటం లేదా! అందరికీ భార్యలు వున్నారు. తల్లులూ వున్నారు. వాళ్ళు ఆనందంగా వుండటం లేదా?" అంది తల్లి ఆత్రంగానూ, ఆవేశంగానూ.

ఎదురుగా గోడమీద ఒక యువతి ఫోటో వ్రేలాడుతూ కనుపించింది. "ఈమేనా ఆ ఆమె" అని అడిగింది తల్లి.

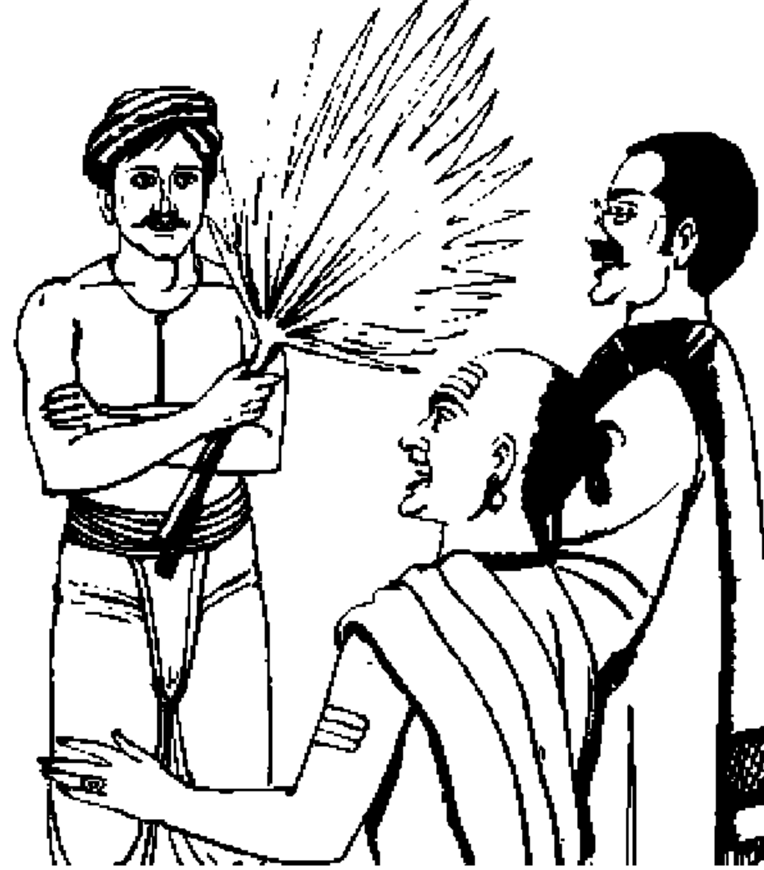
"ఎందుకలా మాట్లాడతావు; అలా అనకమ్మా" అన్నాడు బాబు బ్రతిమాలే ధోరణిలో.

"అలా అయితే ఆమెను రానీ- కోడలిగానే లాలించి ముద్దాడుతాను. వొళ్ళో కూర్చోబెట్టుకుని ఆడిస్తాను. హూ! బంగారపుముద్దలాంటి భార్యను యింటిలో వుంచుకుని దెయ్యంలాటి దాన్ని వచ్చి పట్టుకున్నావు మన ఖర్మ అది..."

"అమ్మా! దీనికి కారణం నువ్వే! కొంచెమైనా కోడలిని అనుసరించి వెళదామనే గుణం నీకు వుందా? యిల్లును యుద్ధభూమిగా మారుస్తున్నారు. ఒకరోజు అయినా గొడవ పడకుండా ప్రశాంతంగా వున్నారా?" అడిగాడు.

అమ్మకు కోపం వచ్చింది.

"నన్ను మాత్రం ఏమి అనకు. మీ ఆవిడ అసలు నోరు తెరవదా? సరే వదులు. మేము వదలకుండా గొడవలు పడుతున్నాం. అది మా తప్పే. అందువల్లనే యింటిదగ్గరే



ప్రశాంతంగా వుండలేక నీవు యిక్కడకు రావటం అంతకంటే పెద్ద తప్పు. యీ నిమిషంలో నేను మారిపోతాను. నా కోడలుని అనుసరిస్తాను" అంటూనే బయటకు వచ్చింది పుణ్యవతి.

"దీన్ని నమ్మవచ్చునా అమ్మా" అడిగాడు బాబు. "ప్రమాణం చేయమంటావా ?అదే విషయం చెబుతున్నాను.యిక మీదట మాలో మాకు గొడవలు రావ... రావు....రావు..చాలా?" "చాలా కృతజ్ఞతలు అమ్మా! నేను కూడా యిక మీదట యీ యింటి ప్రక్కకే రాను. యీ రోజుతో వదిలేస్తాను. రా అమ్మా వెళదాము" అంటూ తల్లిని చెయ్యి పట్టుకుని నడిచాడు.



బాబు తెల్లవారుజామున లేచి క్రిందు మీదుల పడుతూ బయలుదేరి బస్టాండ్‌లో వచ్చి ఎదురుచూస్తున్నాడు.

ఒక బస్సు నిండుగర్భిణిలా జనాలను మోసుకుంటూ వచ్చి నిలబడింది. అందులోంచి బాబుయొక్క ఆఫీసు సహచరిణి చెదిరిన జుట్టును సరిచేసుకుంటూ వచ్చి దిగింది.

అతన్ని చూడగానే ఓ చిరునవ్వు నవ్వింది.

"మీకు శ్రమ యిచ్చినట్టున్నాను. నా కోసం ఒక రోజు రోజంతా గ్రామానికి వెళ్ళి కాలక్షేపం జరగక యిబ్బంది పడివుంటారు" అన్నాడు బాబు.

"అదేం లేదు. బాగానే వున్నాను. తృప్తిగా భోజనం చేశాను. బాగా నిద్రపోయాను. సరే మీ అమ్మ మా యింటికి వచ్చిందా?"

"ఆఁ వచ్చింది. మీ ఫోటో చూసింది. మీ చీరను చూసింది. నన్ను తిట్టరాని తిట్లు తిట్టింది. అయినా మనిషిలో మార్పువచ్చింది" అన్నాడు బాబు.

"ఎలా?"

"ఎలా ఏముంది? వాతావరణం అంతా చూసింది. చిన్న యిల్లని మా యింట్లో సుఖంలేదని– సుఖం కోసమే యిక్కడకు వస్తున్నానని ఏదేదో కొంచెం ఫోర్స్‌గా చెప్పాను. దాంతో మనిషి బాగా లోతుగా ఆలోచించి ఒక నిర్ణయానికి వచ్చేసింది".

"ఏమంది?" అడిగింది ఆమె.

"తాను యిక మీదట ఎటువంటి గొడవలు పడననీ– కోడలు ఎలా చెబితే అలా నడుచుకుంటాననీ– కోడలిని– అనుసరించి వెళతాననీ చెప్పింది. యీనాడు అత్తలు– కోడలు మీద అజమాయిషీ చేయాలని ప్రయత్నిస్తున్నారు అదే కనుక కొడుకు తన మీద కొంచెం ప్రేమ చూపించాడంటే చాలు యిక ఆ అత్తను పట్టుకోలేము. ఇందిరాగాంధీ టైప్‌లో ఇంటిని పరిపాలిస్తుంది. అనవసరమైన విషయాల జోలికి వెళుతుంది" అన్నాడు బాబు.

"యింతకీ మీ అమ్మలో మార్పు వచ్చింది అంటారు' అన్నది ఆమె.

"రావటమేమిటి? బట్టలన్నీ సర్దుకుని బయటపెట్టి నన్ను కూడా బయటకు లాక్కెళ్ళింది. మా యింట్లోంచి యిక్కడకు రావడానికి చాలా టైం పట్టింది కాని– యీ యింటినుంచి మా యింటికి చాలా స్పీడుగా బయలుదేరింది" అన్నాడు బాబు.

"అయితే ఇంటివైద్యం బాగా పనిచేసిందన్నమాట" అంది ఆమె.

"బాగా పని చేయటమేమిటి? కూసాలు కదలిపోయినవి. ఆ యింటిని– ఈ యింటిని ఒకసారి కంపేర్ చేసింది, ఆ నిర్ణయానికి వచ్చింది" అన్నాడు బాబు.

ఆమె నవ్వింది.

"ఫరవాలేదే..... ఒక రోజుకు నా యింటిని చిన్న యిల్లని చెప్పటానికి అనుమతి యిచ్చాను. అప్పుడు తిడితే ఏమిటి? కొడితే ఏమిటి? యీ చిన్న సహాయం వల్ల మీ అమ్మ– మీ ఆవిడ ఒకటయ్యారు. అంతే చాలు. అదే నాకు తృప్తి. సరే నేను బయలుదేరతాను" అంది.

"చాలా థాంక్స్" అని ఆమె చేతిలో ఆమె యొక్క యింటి తాళం చెవిని యిచ్చాడు బాబు.

ఇంటికి వచ్చాడు. అదిరిపోయాడు. వూహించని పరిణామం. అమ్మ యొక్క ఒడిలో తలపెట్టి పడుకుని వున్న అతని భార్య ఆమె తలనొప్పికి జండూబామ్ రాస్తున్నది అమ్మ.

రెప్పలు మూయకుండా చూశాడు బాబు. తనతో పనిచేసే ఆ యువతిచేసిన సహాయానికి మనసులోనే మళ్ళీ ఒకసారి కృతజ్ఞతలు చెప్పుకున్నాడు.

ఈడూ-జోడూ

మధ్యాహ్నం భోజనం ముగించిన తరువాత యింకా చేయికూడా ఆరలేదు. వాసుదేవన్ చెప్పాడు.

"నేను తీర్మానించుకున్నాను"

"ఏమని?" అడిగింది భార్య జానకి.

"మంజుకి వచ్చే నెలలో వివాహం జరిపించాలని" అన్నాడు. వాసుదేవన్.

"వచ్చే నెలలోనేనా?" ఆశ్చర్యంగా అడిగింది జానకి.

"అవును" అన్నాడు వాసుదేవన్. "మరి పెళ్ళి కొడుకు".

"వేరే ఎవరో ఎందుకు? మా స్నేహితుని కొడుకు వాసన్"

జానకి విదిలించింది.

"ఎవరు మిమ్మల్ని ఆ నిర్ణయం తీసుకోమన్నది" అన్నది జానకి.

"మా అమ్మాయికి వివాహం చేయటానికి నేను ఎవరి అనుమతి తీసుకోవాలి" వాసుదేవన్ మొహంలో కోపం తొంగి చూస్తున్నది.



"ఆమె మీకే కాదు; నాకు కూడా కూతురే. మీరు నన్ను నా అభిప్రాయం ఏమిటని అడిగి వుండాల్సింది."

"నీకేం తెలుసు. పల్లెటూరి బైతువి."

"అనవసరంగా తూలనాడకండి. ఆ వాసన్ మన యింటి అల్లుడు కావడానికి అవకాశం లేదు. ఎందుకంటే మా అన్నయ్య కొడుకు అరుణ్‌కు– మంజుకి వివాహం జరిపిస్తానని నేను ఏనాడో మాట యిచ్చాను" అంది జానకి ఆవేశంగా.

"జానకీ, నీకేమైనా పిచ్చి పట్టిందా?" మంజుకి– అరుణ్‌కు అసలు ఈడూ–జోడూ సరిపోతుందా?"

"ఆహాఁ వాసన్ కయితే సరిపోతుందా?"

"నెల పుట్టగానే ఏడువేలు రూపాయలు అప్పణంగా సంపాదిస్తున్నాడు. గవర్నమెంట్ జాబ్, మీ అన్నయ్య కొడుక్కు ఏం వుంది ఆదాయం?"

"వాడికేం? స్వంత వ్యాపారం. అందులో చేయి తిరిగితే చేతినిండా డబ్బే. మీ వాసన్‌లాగా యాభైవేలుదాకా సంపాదిస్తాడు."

వాసుదేవన్‌కు కోపం తారాస్థాయికి చేరింది.

"చాలు ఆపవే. యింతకుమించి మాట్లాడావంటే– పళ్ళు వూడగొడతాను. యింకా ఇరవై రోజులలో వాసన్‌కు– మంజుకు వివాహం జరుగుతుంది. యిందులో ఎటువంటి మార్పు వుండదు" అన్నాడు. వాసుదేవన్ కటువుగా.

"అది కూడా చూద్దాం" జానకి యించుమించు అదే గొంతుతో అరిచింది.

వాసుదేవన్ ఆ నిమిషమే వేగంగా బయటకు వచ్చి స్కూటర్‌తో ఎక్కడికో వెళ్ళిపోయాడు.

జానకి అలానే మంచం మీద వాలిపోయింది. యిద్దరిలోనూ అగ్ని పర్వతాలు బద్దలవుతున్నాయి. జానకి ఏదేదో ఆలోచిస్తూ అలానే నిద్రపోయింది.

ఏదో శబ్దం విని లేచింది. కొడుకు ప్రసాద్ వచ్చాడు.

"ఏమిటమ్మా! నీకూ–నాన్నకూ యీ రోజు గొడవ" అన్నాడు.

"అవునురా!" "ఎందుకని?"

జానకి బొటబొటమని కన్నీరు కార్చింది.

"నీవే చెప్పు ప్రసాద్! నేను మంజును అరుణ్‌కు వివాహం జరిపిద్దామని చెప్పాను. మీ నాన్నగారేమో? వాసన్‌కి యిచ్చి పెళ్ళి చేస్తానంటున్నారు న్యాయమా చెప్పు"

"అరుణ్ అయినా, వాసన్ అయినా మంజుకు ఈడూజోడూ కాదుకదా?"

"తరువాత" "నాతో పనిచేసే మహేష్ చూడటానికి సినిమా యాక్టర్‌లా వుంటాడు. మంచి జీతం. చెడు అలవాట్లు ఏమీ లేవు. అప్పుడప్పుడూ ఒక సిగరెట్ త్రాగుతాడు అంతే! మంజును అతనికే యిచ్చి చేయాలి" "ఓరీపాపి! నీకు యిటువంటి ఉద్దేశ్యముందా?"

"నేను మా యింటికి పెద్దవాడిని. మంజుకు అన్నయ్యని ఆమె జీవితంలో నాకూ బాధ్యత వుంది. ఆమె వివాహం నేను అనుకున్నట్టే జరుగుతుంది. హద్దులు మీరి అరుణ్‌కో– వాసన్‌కో యిచ్చి పెళ్ళి చేయాలని మీరు ప్రయత్నిస్తే తరువాత యీ యింటిలో జరిగేది వేరుగా వుంటుంది" ప్రసాద్ బల్లగుద్దినట్టు చెప్పగా జానకి గిలగిల లాడిపోయింది.



సాయంకాలం. అయిదు గంటలయింది. మళ్లీ గొడవ మొదలయింది. బాగా వేడెక్కింది. మంజు కాలేజీనుంచి యింకా రాలేదు.

వాసుదేవన్, జానకి, ప్రసాద్ ముగ్గురూ ఎవరి తోచిన విధంగా వారు మాట్లాడు కుంటున్నారు.

"కుటుంబ పెద్దగా నేను చెప్పేది వినటమే మీ అందరికీ మంచిది" అన్నాడు వాసుదేవన్ గంభీరంగా.

"ఇది మరీ బాగుంది... అయితే మీరు తప్పు చేసినా సరేనండి అని తల వూపాలా?" భార్య అడ్డం వచ్చింది.

"ఏమిటే నోరు లేస్తున్నది"

"నాన్నగారూ! కొంచెం శాంతించండి. వాసన్‌కు- మంజుకు వివాహం జరిపిస్తే వాళ్ళు బయటకు వెళితే ఏనుగు- పిల్లి జంట చేరిందని అందరూ ఎగతాళి చేస్తారు. ఆ స్థాయికి మహాగుండు- అతను" జానకి కలుక్కుమని నవ్వింది.

"ఏమిటీ! మూర్ఖంగా నవ్వుతావు?"

"అవును ప్రసాద్ యిప్పుడు చెప్పిన దాంట్లో తప్పేముంది?"

"అందుకోసం అరుణ్‌ను కేవలంగా మాట్లాడకు. వాసన్ ఏనుగైతే అరుణ్ ఒంటెలాంటివాడు. మంజు లైట్‌గా తన మీద పడిందంటే క్రిందపడతాడు. అందువల్ల నేను చెప్పే మహేష్ మంజుకు సరయిన జోడు."

"పోరా! అతను సిగరెట్లు తెగత్రాగుతాడు."

"ఇప్పుడు ఎవరికిలేదు; ఆ అలవాటు."

"మన మధ్య గొడవలొద్దు. వాసన్ నాకు అల్లుడు."

"కుదరదు అరుణే మనకు అల్లుడు."

"వూరికే అరవకండి. అందుకనే నేను చెప్పాను. మహేష్ నయమని" ఇప్పుడు గుమ్మం దగ్గర శబ్దమయింది. మంజు నాజూకుగా నడుస్తూ వచ్చింది. ఊదారంగు చుడీదార్‌లో దేవతలాగా మెరుస్తున్నది.

"ఏయ్ మంజూ! ఏమిటీ యివ్వాళ త్వరగా వచ్చావు? బస్సు త్వరగా అందిందా?"

"లేదు నాన్నా" అంది మంజు.

"తరువాత".

"నేను మోటార్ సైకిల్‌పై వచ్చాను".

"మోటార్ సైకిలా? ఎవరిది?"

"నాతో కలిసి చదివే రాహుల్‌ది" అంది.

ముగ్గురూ అదిరిపోయారు.

"మంజూ ఏమంటున్నావ్?"



"అవున్నాన్నా! నేను ఆయన్ని ప్రేమించాను. ఇది శారీరకంగా ఏర్పడింది కాదు. ప్రాణానికి ప్రాణంగా ప్రేమించుకున్నాము. నేను లేనంటే ఆయన లేడు. ఆయన లేకపోతే నేను లేను. అంత ప్రాణంగా ప్రేమించుకున్నాం. ఈ విషయం నీకు యింతకు ముందే చెబుదామనుకున్నాను. అవకాశం కుదరలేదు. యిప్పుడే సందర్భం దొరికింది. నాన్నా! నాకు వివాహమంటూ జరిపితే అది రాహుల్‌తోనే జరపండి" అని చెప్పి మంజు మేడమీదకు వెళ్ళిపోయింది.

వెంటనే వాసుదేవన్, జానకి, ప్రసాద్ ముగ్గురూ స్థంభించిపోయి కూర్చున్నారు. జానకి ఏడుస్తున్నది.



రాత్రి ఎనిమిది గంటలకు మంజు యొక్క తలుపు తట్టారు.

"మంజూ! యిది నీకు బాగుందా? ఎంత ప్రేమగా నిన్ను పెంచాను ఎవరినో ప్రేమించానని చెబుతున్నావే". మంజు చెప్పింది.

"నేను ఎవరినీ ప్రేమించలేదు, మరెవరితోనూ తిరగలేదు" "తరువాత".

"ఈరోజు ముందుగానే బస్ దొరికింది. కొంచెం తొందరగా వచ్చాను. నా పెళ్ళి గురించి మీరు మాట్లాడింది నేను విన్నాను. మీ ముగ్గురికీ వాళ్ళ వాళ్ళ మనసుకు నచ్చిన వాళ్ళే యీ యింటికి అల్లుడు కావాలని ఆశ.... అయినా"

"ఏమిటమ్మా?"

"జీవించే దాన్ని నేను.నాకు నచ్చిన అల్లుడు ఎవరని– మీలో ఎవరయినా ఒక్కరు ఒక్కమాట నన్ను అడిగారా? మీ అందరికంటే నా కోరిక యిందులోనే ముఖ్యమని మీకు ఎవరికైనా మనసులో అనిపించిందా?"

"అది" "మన యింటిలో మాత్రమే కాదండీ, అన్ని యిళ్ళల్లోనూ యిదే సమస్య తాండవమాడుతుంటుంది. ప్రతియువతికి ఏవో కొన్ని కోరికలు– ఇష్టాలు వుంటాయి.

అవేమిటని ఎవరూ యువతులను అడగటం లేదు.

తల్లి, తండ్రులకు నచ్చితే చాలనుకుంటున్నారు. అదితప్పు. చాలా తప్పు.

జీవించాలనుకునే యువతికి ప్రత్యేకమైన మనసు వుంటుంది.

ఆ మనసును అర్థం చేసుకోండి, ఆ మనసుతో మాట్లాడండి. అప్పుడు మీ పెద్దరికాన్ని నిలబెట్టుకోండి. ముగ్గురిలోనూ సౌండ్ లేదు. చివరికి వాసుదేవన్ గాద్గదికంగా నోరు తెరిచాడు.

"మంజూ! మేము చేసింది తప్పేనమ్మా! నీవు చిన్నదానివైనా పెద్దమనసుతో మా కళ్ళు తెరిపించావు. మాకూ మాలాంటి తల్లితండ్రులకు కనువిప్పు కలిగించావు. యిప్పుడు నిజం తెలుసుకున్నాము. వాసన్–అరుణ్– మహేష్ ముగ్గుర్నీ నీవు చూడు.నీకు ఎవరు సరిజోడో నీవే ఎన్నుకో. ముగ్గురిలో నీకు ఎవరు నచ్చారో చెబితే వారినే యిచ్చి వివాహం జరిపిస్తాము."

"చాలా కృతజ్ఞతలు నాన్నా" అంది మంజు. వాళ్ళ మొహాలు వికసించాయి.

ఆ రోజు నుంచి ఆ యింటిలో గొడవలు లేవు.

పిల్ల నచ్చింది

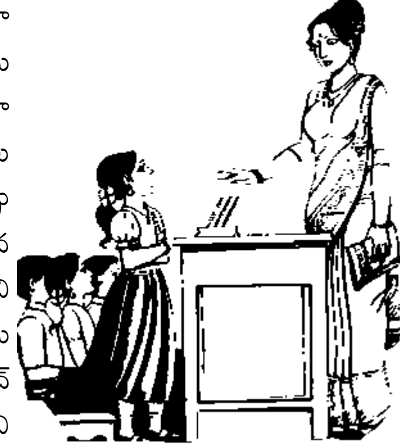
పెళ్ళి చూపుల కార్యక్రమం ముగిసింది.

అనంతరం పిల్లనచ్చింది అని ఆనంద్ నాన్నగారు చెప్పగానే నోరు తెరిచి సెకండ్‌లో ఆయన తమ్ముడు చెవి ప్రక్కన గుసగుసలాడాడు.

"అన్నయ్యా! తొందరపడకండి. యీ అమ్మాయి మన ఆనంద్‌కి బాగానే వుంటుంది కాని....."

"కాని ఏమిటిరా?" అడిగాడు ఆనంద్ నాన్నగారు.

ఈ అమ్మాయి ప్రతిరోజూ ఆఫీస్‌కు వెళ్ళేటప్పుడు బస్సులో వెళ్ళకుండా ఎవరో నలుగురు కుర్రాళ్ళతో కొంచెం కూడా సిగ్గులేకుండా సరసాలాడుతూ ఆటోలో ఇరుకుగా కూర్చుని వెళుతున్నది.



ఆ కుర్రవాళ్ళు రావటం లేటయినా ఏదయినా ఒక ఆటోను దారి కాచి కను పించిన పురుషుల ప్రక్కన కొంచెం కూడా సిగ్గులేకుండా కూర్చుని వెళుతుంది. నాకేమి టో ఆమె సైగలన్నీ చూస్తూంటే ఆమె తప్పు చేస్తుందేమోననిపిస్తున్నది. తమ్ముడు చెప్పిన దాంట్లో చెప్పినవారు."సరే! ఆలో చించి సమాధానం వ్రాస్తానని చెప్పి బయలు దేరతాను" అని నిర్ణయించుకోగా ఆనంద్ వాళ్ళు గుసగుసలను అర్థం చేసుకుని తండ్రితో చెప్పాడు.

"నాన్నా! బాబాయ్ మీతో యిప్పుడు చెప్పిన విషయం నాకు ముందే తెలుసు. యీ అమ్మాయి ఎవరో నలుగురు కుర్రాళ్ళతో కూడా ఆటోలో వెళ్ళటం వల్ల ఆమెను తప్పుడు మనిషి అని చెప్పలేము. యీనాటి అవసర ప్రపంచంలో అర్థం చేసుకునే అలా చేస్తున్నాను. నాలుగురూపాయలు యిచ్చి బస్‌లో వెళ్ళేటప్పుడు కొన్ని సమయాల్లో బస్సులేటయి... ఆఫీసులో మాటపడే పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. ఆటోలో వెళ్ళేటప్పుడు అయిదు రూపాయల షేర్‌తో చెప్పిన సమయానికి ఆఫీసుకు వెళ్లవచ్చును.

అది కూడా కాకుండా క్రమంగా ఆ యువకులతో స్నేహం పెరుగుతుంది. తరువాత ఆ యువకులతో స్నేహం వున్నందువల్ల ఆమె బస్‌స్టాండులో కనపడ్డా– మార్కెట్‌కు వెళ్ళినా బయట వ్యక్తులు ఎవరూ యిబ్బంది పెట్టరు.

ఆమె తప్పుడుది కాదు. యీనాటి ప్రపంచాన్ని తెలుసుకున్న తెలివిగల యువతి.

ఆనంద్ చెప్పి ముగించిన అనంతరం "పిల్లనచ్చింది" అనే గొంతు వినిపించింది.

ఆ గొంతు వాళ్ళ నాన్నది.

సహనం

పూర్వకాలంలో ఒక రాజుగారి దర్బారు వుంది.

దాని ప్రధానశక్తికి కారణం వారికి బలం ఎక్కువగా వుండటమే.

అతి బలవంతులైన సిబ్బంది రాజుగారి వద్ద వున్నారు.



సిబ్బంది వీరులయొక్క బలం తగ్గకుండా వుండాలని ప్రతిరోజూ ఆ సిబ్బందికి గుర్రంమాంసం– మరియు కాళ్ళు షేర్వా(పాయ) పెట్టి తయారుచేసిన సూప్ యిస్తూ వస్తున్నాడు.

ఒక పొట్టివాడు ప్రతిరోజూ సూప్ తీసుకువచ్చి ఆ సిబ్బందికి యిస్తూ వుంటాడు.

ఆ సమయంలో సిబ్బంది ఆ పొట్టివాడిని ఎగతాళి చేస్తూ, చేయి పట్టుకుని లాగుతూ– సూప్ తలమీద పోస్తూ రకరకాల చేష్టలు చేస్తూ వుండేవారు.

పాపం ఆ పొట్టివాడు ఏమీ అనేవాడు కాదు.

ప్రతిరోజూ యిదొక దినచర్యగా జరిగిపోతూ వుండేది.

ఆ పొట్టివాడు సిబ్బంది చేష్టలను భరిస్తూనే వాళ్ళకు సూప్ సరఫరా చేస్తూనే వున్నాడు.

ఒకరోజున సిబ్బంది దళపతి యీ దృశ్యాన్ని చూశాడు. సిబ్బందిని గదురుకున్నాడు.

రాజుగారికి ఫిర్యాదు చేస్తానన్నాడు.

లేదంటే పొట్టివాడికి క్షమాపణ చెప్పమన్నాడు.

అందరూ మౌనం వహించారు.

మౌనం అంగీకారంగా భావించి దళపతి వెళ్లిపోయాడు.

మరునాడు మామూలుగా పొట్టివాడు సూప్ తీసుకుని వచ్చాడు.

ఆ సమయంలో సిబ్బంది అంతా ఒకటయ్యారు.

“తమ్ముడూ! నీ సహనగుణానికి మేమందరమూ అభినందిస్తున్నాము. ఇక మీదట మేము నీతో ఎటువంటి చేష్టలు చేయము. ఎగతాళి– గేలి లాంటివి కూడా ఏమి చేయము అని నిశ్చయంగా చెబుతున్నాము” అని చెప్పారు.

పొట్టివాడు అతి నిదానంగా– శాంతంగా ఇలా అన్నాడు.

“అన్నయ్యలూ! మీరంతా ఏకకంఠంతో నాతో అలా చెబితే– నేను కూడా యికమీదట గాడిదకాళ్ళు మరియు మాంసం తయారు చేయకుండా గుర్రం మాంసంతోనే సూప్ తయారుచేసి యిస్తానని నిశ్చయంగా చెప్పవలసి వస్తుంది” అన్నాడు.

సిబ్బంది వీరులకు నోరు బంద్ అయిపోయి, తేల మొహాలేసుకుని అలాగే నిలబడిపోయారు.

సహాయనిధి

ఒక మంచి ఉద్దేశ్యంతో సహాయం చేసినా యీ కాలంలో అవి చేరవలసిన చోటికి వెళ్ళటంలేదు.

వరద బాధితులకు ఆ ధర్మసంస్థ ఒక్కొక్కరికి పదికిలోల బియ్యం చొప్పున యిస్తున్నారు.

అందరికీ సరిగ్గా పంచి యిస్తున్నారో లేదోనని ఆ సంస్థ యొక్క యజమాని చూడాలని ఆయా ప్రదేశాలకు వెళ్ళాడు.

దాహంతో ఆయనకు గొంతు ఎండిపోయింది. డ్రైవర్‌ని బండి వీధి ప్రక్కన ఆపమని చెప్పి అక్కడున్న డ్రింక్‌షాపులో కూల్‌డ్రింక్ తాగాలని వెళ్ళాడు.

అదే సమయంలో ఆయన విరాళంగా యిచ్చిన బియ్యం పదికిలోలు అమ్మి కేష్ చేసుకుంటున్నది. ఆయన ధర్మ సంస్థ పేరు సంచి పైన వేసి ఉంది.

అమ్మిన యువతి బక్కచిక్కి అస్థిపంజరంలా వుంది. షాపువాడిని ఆయన అడిగారు.

“ఇది మీకు న్యాయంగా వుందా? యీ కరువు కాలంలో ఒకరి కడుపుకొట్టి బియ్యం తీసుకుని నీవు పైకి రావాలా?”

"అయ్యా! మీరు నన్ను తప్పుగా భావించకండి. నేను ఎంత నిరాకరించినా నా మాట వినకుండా యీ బియ్యాన్ని ఆ అమ్మాయి అమ్ముతున్నది" అన్నాడు భయపడిపోయి.

ఆ అమ్మాయిని విచారించారు.

ఆమె అవునని తలూపింది.

"ఏవమ్మా! యీ డబ్బును నీవు ఏమి చేయగలం. యీ బియ్యం వుంటే హీనపక్షం పదిహేను రోజులయినా పస్తులేకుండా జరిగిపోతుందిగా."

"మీరు చెప్పింది అక్షరాలా నిజం. అయితే నా పరిస్థితిని కూడా అర్థం చేసుకోండి నేను మా అబ్బాయిని బడిలో చేర్చాలి. దానికి కులధృవీకరణ పత్రం కావాలన్నారు. దాన్ని గ్రామ అధికారిని అడిగితే వంద రూపాయలు యిస్తే, ఆ పత్రం యిస్తానన్నారు. అందుకే యీ బియ్యం అమ్మి మా అబ్బాయిని బడిలో చేర్పిస్తున్నాను." అందా అమ్మాయి నదురుబెదురు లేకుండా.

ఆ వచ్చినాయన నోరుపెగలక మూగవాడయ్యాడు.

నెక్లెసు

లత, అరుణ్, ఆరవ తరగతి చదువుతున్నారు. యిద్దరి యిల్లు ఒకే వీధిలో వుండటం మూలాన యిద్దరూ కలిసి హైస్కూల్‌కి వెళ్ళి తిరిగి వస్తుంటారు.

ఒకరోజు క్రీడల పోటీలు జరుగుతున్నాయి. ఆ పోటీలను చూసుకుని యిద్దరూ యింటికి తిరిగి వస్తున్నారు.

అప్పుడు సమయం ఆరున్నరయింది.

మసకగా చీకటిపడబోతున్నది.

ఇద్దరూ నడిచి వస్తున్నారు.

రోడ్డు మీద జన సంచారం లేదు.

వాళ్ళకు వెనుక యిద్దరు వ్యక్తులు వారిని అనుసరిస్తున్నట్టు గమనించారు. లత వెనక్కి తిరిగి చూసింది.

మొరటు మీసం– ఆజానుబాహువులు– వంకీలతల ఒక వేళ వాళ్ళు దొంగలయి వుంటారేమోనని అనుకుంది.

అనుకోవటమే తడవుగా మెల్లగా అరుణ్‌కు వర్తమానం అందించింది.

వాళ్ళు యిద్దరూ మాట్లాడే విషయాలను వినాలని ప్రయత్నించారు.



"ఒరేయ్ పాండ్యన్! ఆ బాలిక మెడలో బంగారపు గొలుసు ఎలా మెరుస్తుందో చూశావా?" అన్నాడు ఒకడు.

"ఊం చూస్తూనే వస్తున్నాను. అదుగో ఆ రోడ్డు తిరుగుతూనే ఎత్తేస్తే సరిపోతుంది" అన్నాడు మరొకడు.

యిద్దరికీ భయం వేసింది. ఈ ఇద్దరి దొంగలకు అనవసరంగా తగులుకున్నామేమిటా అని వాళ్ళిద్దరికీ శరీరం వణుకుతున్నది.

తన మెడలో వున్న గొలుసును ఒకసారి తడిమి చూసుకుంది లత. తరువాత అరుణ్ అని పిలిచింది భయంతో. "ఏమిటి లతా?" అని అడిగాడు అరుణ్.

"ఈ చెయిన్ చూశావా?"

"ఊం"

"ఎలా వుంది."

"సూపర్, తళతళమని మెరుస్తున్నది."

"నిన్న తిరునాళ్ళలో పదిరూపాయలు యిచ్చి అమ్మ తీసుకుంది."

ఇరవై రూపాయలకు చెయిన్ తీసుకుంటే యింకా బాగుండేది కదా!" అని అన్నాడు అరుణ్.

వీళ్ళు మాట్లాడింది వెనుక వస్తున్న దొంగల చెవులకు వినపడింది.

"ఒరేయ్ పాండ్యన్ అది కవరింగ్ చెయిన్ అటకదా!" అని ఒకడు అనగా–

"ఛీ...ఛీ...ఛీ...ఛీ... ఆ శనీశ్వరం మనకెందుకు?"

ఇద్దరూ వచ్చినదారినే వెళ్ళిపోయారు.

వాళ్ళు వీళ్ళ చూపులనుంచి దాటిపోగానే గలగలమని నవ్వింది లత.

"ఎందుకు నవ్వుతున్నావు?" అని అడిగాడు అరుణ్.

"ఇది రెండు పౌనులతో తయారుచేసిన బంగారపు గొలుసు. యీ విషయం తెలుసుకునే దొంగలు మనవెంట పడ్డారు. నేను కవరింగ్‌ది అని చెప్పగానే దొంగలు యిద్దరూ మనం చెప్పినది నిజం అనుకుని నమ్మి వాళ్ళు వెళ్లిపోయారు. బాగా మోసపోయారు" అని లత మళ్లీ నవ్వింది.

"లేదు లతా తప్పు, తప్పు నీ మీద కూడా వుంది" అన్నాడు అరుణ్.

"నా మీద తప్పా".

"అవును. యిలాంటి విలువయిన నగలను హైస్కూల్‌కు వేసుకుని రాకూడదు. అలా రావటం నీది తప్పే కదా! అనవసరంగా యీ దొంగల బెడదకు మనమే కారణం? సమస్యలను మనమే కొనుక్కున్నట్టు లెక్క! యిక మీదట యిలాంటి పనులు చేయకు" అని చెప్పాడు అరుణ్.

"నిజమే అరుణ్. యిక మీదట యిటువంటి తప్పులు యిక చేయను" అంది లత. ఎంతో సంతోషంగా తన నెక్లెసు తనకు దక్కినందుకు.

వికలత్వం

ఒక చిన్న కుర్రాడికి జూడో నేర్చుకోవాలని ఆశపుట్టింది. ఇందులో వున్న విచారకరమైన విషయం ఏమిటంటే అతనికి ఎడమ చెయ్యిలేదు.

ఒక కారు ప్రమాదంలో విరిగిపోతే, వైద్యులు తీసేశారు. ఇది లోపం– లోటు అని భావించకుండా ఆత్మ విశ్వాసంతో జూడో గురువు ఒకరి వద్దకు వెళ్ళి అడిగితే

ఆయన యీ కుర్రవాడి ఉత్సాహానికి మెచ్చుకుని జూడో స్కూల్లో చేర్చుకున్నాడు. ప్రతిరోజూ శిక్షణ వుంటుంది.

అయితే ఒకే గుద్దు విద్యను గురువుగారు నేర్పించారు. నాలుగైదు నెలలు గడిచాయి.

అప్పుడు కూడా అదే ఆ గుద్దు శిక్షణ మాత్రమే యిచ్చారు. కుర్రవాడికి ఎందుకనో అర్థం కావటం లేదు.

ధైర్యం చేసి గురువుగారిని అడిగాడు.

"ఈ ఒక్క గుద్దు చాలు నీకు?" అని చెప్పేశారు గురువు. కుర్రవాడు ఏమీ బాధపడలేదు. క్రమంగా దాన్నే నేర్చుకుంటూ వస్తున్నాడు. ఒక సంవత్సరం పూర్తి కాగానే– గురువుగారు ఆ కుర్రవాడిని ఒక పోటీకి పంపారు,

ఒక చేత్తో వచ్చిన ఆ కుర్రవాడిని చూసిన కొందరు అల్పంగా చూశారు. చులకనగా మాట్లాడారు.

అయితే... అవును..మీరు అనుకున్నట్టుగానే తనకంటే బలశాలులందరూ కుర్రవాడు ఆక్రోశంగా ఎదుర్కోవటం చూసి ఆశ్చర్యపోయారు. కప్పును కూడా సాధించాడు. ఆ వింత చూసి అందరూ ఆశ్చర్యపోయారు.

ఆ కుర్రవాడికి కూడా వింతగానే వుంది.

"ఇది ఎలా సంభవం గురువుగారూ! నా ఒక్క చేత్తోనే ఒకే ఒక గుద్దు శిక్షణతో విజయం సాధించాను" అన్నాడు కుర్రవాడు.

"దానికి రెండే రెండు కారణాలు వున్నాయి. ఒకటి నీవు శిక్షణ పొందింది జూడోలోనే మిక్కిలి కష్టమైన గుద్దు. రెండవది: యీ గుద్దును తట్టుకోవాలంటే అవతల వ్యక్తి నీ ఎడమచెయ్యిని మడవాలి. నీకు అసలు ఎడమ చెయ్యేలేదు కదా!" అన్నాడు గురువుగారు అతి శాంతంగా.

లీలావతి

నగరంలో పెద్ద ఆస్పత్రి వుంది.

అక్కడ రోగులతో ఎప్పుడూ కిటకిలలాడుతూ వుంటుంది.

ఆ ఆస్పత్రికి వైద్యశాఖామంత్రి చెకింగుకి వచ్చారు.

ఆస్పత్రి అంతా తిరిగి చూశారు.

ఒక గదిలో గోడమీద "లీలావతి లీలావతి" అని రాసి వుంది. ఆ మంత్రి వెనుక కొంతమంది వైద్యులు అనుసరించారు.

ఒక గదిలో "లీలావతి లీలావతి" అని ఒక రోగి మూలుగుతున్నాడు.

మంత్రి ఆ రోగిని చూసి- వైద్యులవంక ఆశ్చర్యంగా చూశారు.

"ఇతను లీలావతి అనే అందమైన యువతిని ప్రేమించాడు. అయితే ఆమె ఇతనికి దక్కలేదు. అందువల్ల ఇలా అయిపోయాడు" అని మంత్రికి చెప్పారు వైద్యులు.

మరొక నాలుగైదు గదులు పరికించి చూశారు మంత్రి.

ఆ గదిలోనూ ఒకడు-

"లీలావతి.... లీలావతి" అని గొణుగుతున్నాడు.

మళ్ళీ ఆశ్చర్యపోతూ వైద్యులవంక చూశారు మంత్రి.

వైద్యుడు ఇలా అన్నాడు.

"అతనికి లభించిన అందగత్తె లీలావతిని వివాహం చేసుకున్న అతను ఇతనే"

మంత్రికి ఏం మాట్లాడాలో అర్థం కాలేదు.

విజయం

యుద్ధం జరుగుతోంది.

అభివృద్ధి చెందుతున్న జపనీయ సిబ్బందికి ఒక ప్రదేశంలో అపజయం ఎదురయింది.

ప్రత్యర్థులు వీరి కంటే బలవంతులుగా వున్నారు.

ప్రత్యర్థులు సిబ్బంది కూడా ఎక్కువగా వున్నారు.

ఇటువంటి యీ క్లిష్ట పరిస్థితిలో సిబ్బంది దళపతి ఒక పథకం చెబుతానంటూ సిబ్బందిని మొత్తం సమావేశ పరిచాడు.

సిబ్బంది అంతా ఒకేచోట గుమిగూడారు.

"ఇదుగో యీ దేవాలయంలో అందరూ ప్రార్థన చేసి రండి. అప్పుడు నా చేతిలో వున్న యీ నాణేన్ని టాస్ వేస్తాను. తలపడితే దేముడు మనతో వున్నారు. మనం జయిస్తాము అని అర్థం. ఒక వేళ బొరుసు పడితే మనం ఓడిపోతాము అని దేముడు చెబుతున్నట్టు అర్థం." అన్నాడు దళపతి.

సిబ్బంది అంతా చకచకమని ప్రార్థనలు ముగించుకుని వచ్చారు.

దళపతి నాణాన్ని టాస్‌వేసారు తలపడింది.

సిబ్బందికి ఉత్సాహం వచ్చింది. జయిస్తాము అనే నమ్మకంతో ఆత్మ విశ్వాసంతో భయంకరంగా పోరాడి ప్రత్యర్థులను దేశాన్ని స్వాధీనం చేసుకున్నారు.



"ఫరవాలేదే, మనం జయించేశాము నాణెం చూపించింది. సరిగ్గా జరిగింది" అన్నాడు దళపతి సహాయకుడు. దళపతి అతనికి నాణాన్ని తీసి చూపించాడు. అందులో రెండు ప్రక్కలా తలే వున్నది.

మైకం

ఒక గ్రామంలో వ్యవసాయ కూలీ రాము వున్నాడు. అతను కూలీపని చేసి జీవనం సాగిస్తున్నాడు. ఒకరోజు అతను రాత్రి సెకండుషో చూసి వచ్చి పొలాల వెంట కాలిబాటపై నడుస్తున్నాడు.

అలా వస్తున్నప్పుడు పొలాల్లో ఎక్కడో ఒక మూలనుంచి నిప్పు అంటుకుని కాలటం చూశాడు. ఆ సమయంలో అతనేం చేయాలో అర్థం కాలేదు. దూరంగా ఎక్కడో గడ్డివాము అంటుకోవటం కనుపించింది రాముకి.

దూరంగా ఎక్కడో గడ్డివాము అంటుకోవటం కనిపించింది.రాముకి.

గ్రామంలోపలికి వెళ్లి మనుషులను పిలుచుకుని వచ్చేసరికి ఆలస్యమయిపోతుంది. గడ్డి అంతా కాలిపోయి బూడిద అవుతుంది. వెంటనే అతను సమీపంలో వున్న బావిలోంచి గబగబా నీళ్ళు తోడి చుట్టూ వ్యాపిస్తున్న మంటలను ఆర్పాడు.

ఇంతలో వూళ్ళో ఈ విషయం తెలిసి అందరూ వచ్చేశారు.

అతనికి అభినందనల వర్షం కురిపించారు.

అంత గడ్డిని కాపాడినందుకు అందరూ ఇళ్ళల్లోనూ అతనికి ఉపచారం చేశారు.

హఠాత్తుగా వచ్చిన ఆ ప్రఖ్యాతిలో అతనికి తల, కాళ్ళూ, కన్ను, మిన్ను తెలియటంలేదు. పనికి వెళ్ళటం మానేశాడు.

వూరిలోనే జులాయిగా తిరుగుతున్నాడు.

వూరి ప్రజలకు గడ్డి కాలకుండా కాపాడినందుకు అతనికి ఏదో విధంగా సహాయం చేస్తూ వచ్చారు. రెండు, మూడు నెలలు గడిచాయి.

వూరి ప్రజల సహకారం తగ్గింది. పాత కథను జ్ఞాపకం చేసినా ఎవరికీ తలకెక్కటం లేదు. పాత కూలీవాడిపని పరిస్థితి మరీ హృదయ విదారకమైంది.

ఒకరోజు వూరివారిలో ఒకరివద్ద– "మీ గడ్డినంతా ఎంతో కష్టపడి కాపాడానుకదా! అంతలోనే మరచిపోయారా?" అన్నాడు.

"నీవు కాపాడిన గడ్డి అంతా ఎప్పుడో అయిపోయింది."

అంటూ తన దారిన తాను పోయాడు.

మీ బిడ్డ కాదు

రెండు చిన్న దేశాల మధ్య చిన్న గొడవ వచ్చింది. ఇందులో ఒక దేశం కొండపైన వుంది. మరొక దేశం కొండకు క్రింద వుంది.

గొడవ వచ్చినప్పుడు క్రిందదేశంలో వున్న బిడ్డనొకదాన్ని ఎత్తుకుని వెళ్ళిపోయారు. కొండదేశవీరులు. బిడ్డను తెచ్చుకోవాలంటే కొండపైకి ఎక్కాలి.

కిందదేశంలో వున్న వాళ్ళకెవరికీ కొండ ఎక్కే అనుభవంలేదు. అయినా వాళ్ళలో కొంతమంది కొండపైకి ఎక్కాలని నిర్ణయం తీసుకుంది.

ఒక రోజు అయింది.

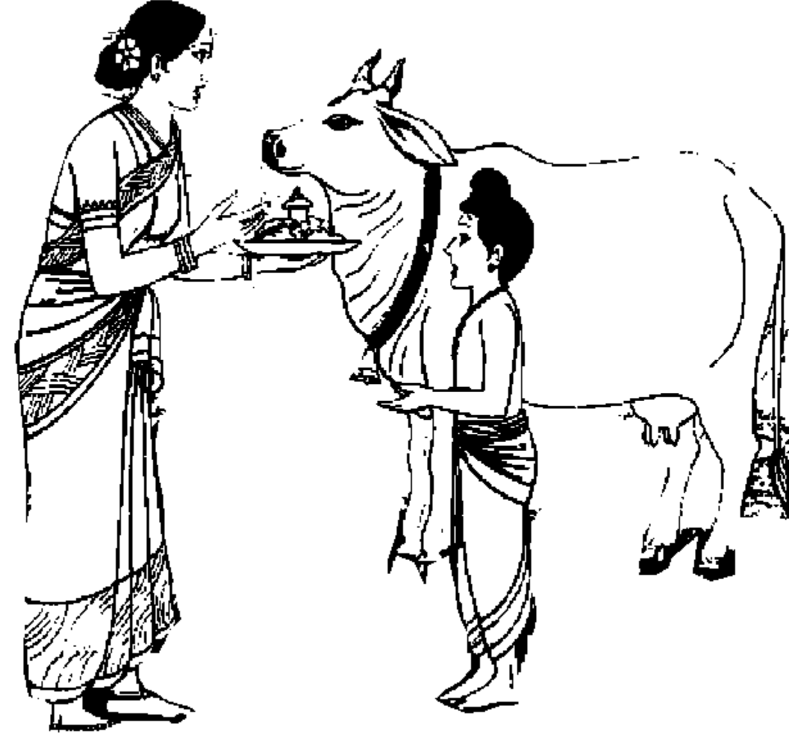
రెండు రోజులయ్యాయి.

మూడు రోజులయ్యాయి.

వాళ్ళవల్ల పాతికభాగం కూడా ఎక్కలేకపోయారు.

పదిరోజులలో సగం మాత్రం ఎక్క గలిగారు.

అక్కడే ఒక గుడారం వేసుకుని విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నారు.



ఆ సమయంలో ఆ మార్గం గుండా ఒక యువతి కొండమీద నుంచి క్రిందకు దిగుతున్నది. ఆమె చేతిలో బిడ్డ వుంది.

ఆమెను చూడగానే గుర్తించారు.

పిల్లను ఎత్తుకుపోయిన క్రింద దేశయువతి. వాళ్ళకు ఆశ్చర్యం!

"ఏమిటమ్మా! కొండమీదనుంచి వస్తున్నావా?" అని అడుగగా–

"కొండమీదనుంచి బిడ్డను ఎత్తుకుని వస్తున్నాను"అని సమాధానం చెప్పింది ఆమె.

వాళ్ళకు యింకా ఆశ్చర్యం!

"ఎలా? మా వల్ల యింతకాలం ప్రయత్నించినా కుదరలేదే?"

"అది చాలా సింపుల్ కారణం అది మీ బిడ్డకాదు" అంది.

దాంతో చాలా ఆశ్చర్యపడటం వాళ్ళ వంతు అయింది.

ప్రయాణం

మల్లిక పుట్టింటికి వెళ్లింది. తిరిగి రాత్రి సమయంలో అత్తవారింటికి వస్తున్నది.

రైలు స్టేషన్‌లో ఆగింది. అప్పటికే భర్త మనోహర్ వచ్చి మల్లికకు ఎదురుగా కనుపించాడు. బయటకు వచ్చి యిద్దరూ ఆటో ఎక్కారు.

ఇద్దరూ ఇంటికి వచ్చారు.

మామగారు అత్తగారు మల్లికను సాదరంగా ఆహ్వానించారు

పుట్టింటి నుంచి మల్లిక భర్తకు నచ్చిన తినుబండారాలను తయారు చేసుకుని వచ్చింది.

ఇంటికి రాగానే భర్తకు హల్వా యిచ్చింది.

మామగారు- అత్తగారు యిద్దరూ తీపి వద్దు అని చెప్పారు. వాళ్ళకు కారపుబూందీ పెట్టింది.

మనోహర్ ఒక గరిటె అల్వా తీసి నోటిలో వేసుకున్నప్పుడు పైన గోడమీద నుండి బల్లి ఒకటి మనోహర్ మీద పడింది.

అది చూసిన మల్లిక భయపడిపోయింది.

"ఎందుకు భయపడుతున్నావ్? పంచాంగం తీయి. బల్లి పడే శాస్త్రంలో ఫలితాలు చూసి చెబుతాను" అన్నాడు మనోహర్.

మామగారు కూడా అలాగే అన్నారు.

మల్లిక పంచాంగం తీసుకువచ్చి ఆయన చేతిలో పెట్టింది.

పెద్దాయన పంచాంగాన్ని అటుయిటు చూసి- బల్లిపడే శాస్త్రాన్ని పట్టుకున్నారు. ఫలితాలు చదివారు.

"ఏమి వ్రాసి వుంది? ఆయన చేతిలో వున్న పంచాంగాన్ని అత్తగారు తీసుకుని చూసింది.

"ఏమని వ్రాశారు అత్తయ్యా" మల్లిక అడిగి తీసుకుని తాను కూడా చూసింది.

అలా అందులో ఏమని వ్రాసి వుంది.

భార్య చేతిలో వున్న పంచాంగాన్ని తీసుకున్నాడు.

అతను చూస్తున్నప్పుడే మల్లిక మెట్లు దిగుతూవుంది.

మనోహర్ బల్లిపడే శాస్త్రాన్ని చూశాడు. "ప్రయాణం" అని వుంది.

నవ్వుతూ మల్లికను వెతుక్కుంటూ వెళ్ళాడు మనోహర్. అక్కడి వాతావరణం ప్రశాంతమయింది.

మంచివాడు

ఒకవూరిలో తెలివిగల వ్యక్తిగా పేరు పొందాడు రాము. వూరిలో ఏ సమస్య వచ్చినా రాముని పిలిస్తే నిమిషాల్లో ఆ సమస్యని పరిష్కరించేవాడు.

ప్రతి విషయానికి రాముని ఎక్కువగా ఉపయోగించుకునేవారు. ఆ గ్రామంలో అందరూ చందాలు వేసుకుని ఒక భవంతిని నిర్మించారు.

సాయంకాలం అయ్యేసరికి గ్రామంలో వున్న యువకులందరూ ఒక చోట గుమిగూడి ఏదో విషయాలపై చర్చించుకునేవారు. తరువాత ఎవరిపనుల మీద వారు వెళ్ళిపోయేవారు.

ఆ భవంతిని పగలంతా తాళాలు వేసి వుంచుతున్నారు.

అలాకాకుండా ఆ భవంతికి తాళాలు వేయకుండా ఎవరు వచ్చినా కాసేపు విశ్రాంతి తీసుకోవాలనే ఉద్దేశ్యంతో పర్మనెంట్‌గా ఒక మనిషిని అందులో వుంచాలని అతను మంచివాడుగా వుండాలని తీర్మానించుకున్నారు.

ఒక మంచివాడికోసం గాలిస్తున్నారు.

చుట్టుప్రక్కల గ్రామాల వారికి కూడా అవకాశం యిస్తున్నారు.

అయితే ఆ మంచివాడి ఎన్నిక బాధ్యత రాముకు అప్పగించారు. ఎందరో వచ్చారు. అయినా ఎవరూ ఎన్నిక కావటం లేదు. రాము ఆ భవంతికి ఎదురుగా కూర్చుని వున్నాడు.

ఒక యువకుడు దూరంగా రావటం గమనించాడు.

అతన్నే చూస్తున్నాడు రాము. అతను యిటుగానే వస్తున్నాడు.

భవంతికి వచ్చే ముందు దారిలో రెండు అరటి తొక్కలువుంటే అది తీసి ప్రక్కన పడేసి వచ్చాడు.

దానిని రాము గమనించాడు.

సరాసరి భవంతిలోకి వచ్చాడు ఆ యువకుడు. రాము అనుసరించాడు.

"ఎవరు మీరు?" అడిగాడు రాము.

"యీ భవంతికి మనిషి కావాలన్నారుగా! అందుకని వచ్చాను" అన్నాడు ఆ యువకుడు.

"నిన్ను మంచి మనిషిగా గుర్తించాను ఈ రోజే పనిలో చేరవచ్చును." అన్నాడు రాము.



"యింత తక్కువ సమయంలో నా మంచి తనాన్ని ఎలా కనిపెట్టారు?" అడిగాడు ఆ యువకుడు.

"అన్నం వుడికిందో తెలుసుకోవాలంటే అన్నం అంతా చూడనక్కరలేదు. ఒక మెతుకు చూస్తే సరిపోతుంది" అన్నాడు రాము. "నాలో ఏం చూశారు?"

"నీవు వస్తూనే రోడ్డు మీద వున్న అరటి తొక్కలు తీసి ప్రక్కన పారేశావు. అది చాలు నీ మంచితనం తెలుసుకోవటానికి" అని అన్నాడు రాము.

"అదేమీ పెద్ద విషయమేమీకాదు. మానవతా దృక్పథంతో ఎవరైనా ఆ పని చేస్తారు" అన్నాడా యువకుడు.

"తన బాధ్యతను తెలుసుకుని జీవించే వాడే మంచిమనిషి" అన్నాడు రాము.

అతనికే ఉద్యోగం ఖాయంచేశారు.

భవంతి సర్వ బాధ్యతలు ఆ యువకుడే నిర్వర్తిస్తున్నాడు.

భయం

దేవాలయ అంబారీ ఏనుగు చెరువులో మునిగి శుభ్రంగా నామాలు పెట్టుకుని అతినాజూకుగా వీధిలో నడుస్తూ వస్తున్నది. దారిలో ఒకవంతెన దాటవలసి వచ్చింది.

ఆ అంబారి ఏనుగువంతెన దాటుతుండగానే- వంతెన దిగిన తరువాత బురదలో పొర్లాడుతూ ఒక పంది కనిపించింది. అది తోకను ఆడిస్తూ శరీరమంతా కదిలిస్తూ ఏనుగు వద్దకు వచ్చింది.

దాన్ని చూసిన ఏనుగు మిక్కిలి ప్రక్కకు తప్పుకుని దారియిచ్చింది. ఏనుగు వెళ్ళిపోయింది.

పంది కూడా వెళ్ళిపోయింది.

ఆ పందికి మరో పంది ఎదురయింది.

ఆ పందితో యీ పంది-

"చూశావా! ఏనుగు కూడా నన్ను చూసి భయపడి ప్రక్కకు తప్పుకుంది" అని ఘనంగా మాట్లాడింది.

అప్పుడు అంబారీ ఏనుగును చూసి మరో ఏనుగు ఇలా అంది.

"నీవు ఆ పందిని చూసి భయపడి పోయావా?" అని అడిగింది.

దానికి దేవాలయ అంబారీ ఏనుగు అతి ప్రశాంతంగా సమాధానం చెప్పింది.

"నేను చాలా శుభ్రంగా వున్నాను. పంది ఒంటికి అంటుకున్న బురద నాకు అంటుకోకూడదనే నేను ప్రక్కకు తప్పుకున్నాను. నేను దాడిచేయాలనుకుంటే పంది ధ్వంసం అయిపోతుంది.అయితే నా శరీరమంతా అశుభ్రం అయిపోతుంది.

కాబట్టి చెడుకు దూరంగా వుండటం అవసరం.

డాబా యిల్లు

శ్వేత దేనికోసమో తీవ్రంగా ఎదురుచూస్తున్నది.

"సురేష్ వస్తాడా? రాడా?"

గడియారం వంక చూసింది.

సరిగ్గా అయిదున్నర అయింది.

తాను అయిదు గంటల నుంచి ఎదురుచూస్తున్నది.

సురేష్ యింతవరకు యిలా వెయిట్ చేయించింది లేదు.
చెప్పిన సమయానికి కరక్టుగా వచ్చేవాడు.
కొన్నాళ్ళుగా అతని ప్రవర్తనలో కొంచెం మార్పు.
గలగలమని మాట్లాడటం లేదు. నవ్వటం లేదు.
"ఏమిటి కారణం? ఎందుకిలా నడుచుకుంటున్నాడు".
శ్వేతకు ఏమీ అర్థం కావటం లేదు.
కారణం ఏమిటో యివ్వాళ తెలుసుకోవాలి.
ఈ రోజు అటో యిటో తేల్చేయాలి.
అందుకే యీ రోజు రమ్మని ఎదురు చూస్తున్నది.
చాలా ఆలస్యంగా సురేష్ వచ్చాడు.
గ్యాప్ చూసుకుని కూర్చున్నాడు.
"ఇదే మన ఆఖరి కలయిక శ్వేతా!" అన్నాడు సురేష్.
తలమీద పిడుగు వేశాడు.
అతను కోపంగా చూస్తున్నాడని శ్వేత అనుకుంది.
"ఏమిటి? ఎగతాళా?"
"కాదు"
"సురేష్! ఏమయింది నీకు?"
"వివాహం కాబోతున్నది."
శ్వేత అదిరిపోయి అతని వంక చూసింది.
గుండె కొట్టుకోవడం పెరిగిపోయింది.
ఆమె ఏం మాట్లాడుతుందో తెలియటం లేదు.

ఉత్సాహంగానూ- ఘనంగానూ సురేష్ మాట్లాడుతూనే పోతున్నాడు. "నావల్ల నమ్మలేకపోయాను. యిది కలో-నిజమో తెలియటం లేదు. నన్ను నేను ఒక వంద సార్లయినా గిల్లి చూసుకున్నాను. కోటేశ్వరుని యింటి అల్లుడు అనే అంతస్తు."

ముక్కు-మొహం సరిగ్గా వున్న అందమైన భార్య, కారు, బంగళా, ఏ.సి అంటూ స్వర్గమయమైన జీవితం. దీన్ని ఎటువంటి మూర్ఖుడైనా వదులుకుంటాడా? వదులుకుంటానని చెబుతాడా?"

"సురేష్"



"ఆలోచించి...ఆలోచించి చూశాను. యిదేసరి అని అనిపించింది. వివాహానికి అంగీకరించాను."

"ఇది న్యాయమా?" "ఏది?" అలక్ష్యంగా అడిగాడు.

"నన్ను ప్రేమించి యిప్పుడు వేరే అమ్మాయి మెడలో తాళి కడతావా?"

"ప్రేమించాను. నిజమే. అయినా ఏ రోజయినా వ్రతం మీరి నడుచుకున్నానా? నా వ్రేలు కూడా నీ మీద పడలేదు కదా! యీ ప్రదేశం దాటి నేను వేరే ఎక్కడకు వెళ్ళలేదు. హోటల్- సినిమా అంటూ మిగిలిన వాళ్ళు మాదిరిగా ఊరంతా తిరిగాను. ఏదో పరిచయం అయ్యాము.యిప్పుడు విడిపోతున్నాము."

"మీరు ఎంత సులభంగా చెప్పారండీ, నా వల్ల కుదరదు"

"వేరే మార్గం లేదు. మరచి పోవాలి అంతే!" నవ్వాడు సురేష్.

శ్వేత వెక్కి వెక్కి ఏడుస్తూ బయటకు వెళ్ళిపోయింది.

"అతన్ని ఎందుకు వూరికే వదిలావు?"వందన బాంబు పేల్చింది.

"........."

"శ్వేతా! డైరెక్టుగా వెళ్ళి అతను వివాహం చేసుకునే కామినిని చూడవే. నీవూ-అతను ప్రాణానికి ప్రాణంగా ప్రేమించిన విషయాన్ని చెప్పి ఏడువు?"

స్నేహితురాలు శ్వేతకు సలహా యిచ్చింది.

శ్వేత మౌనంగా వుండిపోయింది.

"ఏమిటీ! ఏమి చేయబోతున్నావు?"

"ఏమీ చేయాలనుకోవటం లేదు." "ఏం ఎందుకని?"

"ఈ ప్రపంచంలో సురేష్ ఒక్కడే పురుషుడా? నా కంటూ ఒకడు ఎక్కడో వుండే వుంటాడు." అంది శ్వేత ఏడుస్తూ.

సురేష్ కామినిల వివాహం వైభవోపేతంగా జరిగిపోయింది.

డబ్బును మంచినీళ్ళలా ఖర్చుపెట్టారు.

సురేష్‌కు ఘనంగా వుంది. ఆనందంగా వున్నాడు.

తన అంతస్తు మీద తనకే గర్వంగా వుంది.

వివాహ సందర్భంగా బహుమతిగా వచ్చిన కొత్తకారు, కల్యాణయింటి ముందు నిలబడి ఉంది.

కామినిని క్రింద నుంచి చూసి ఆనందిస్తున్నాడు.

ఆమె దేవతలాగా మెరిసిపోతున్నది.

నగలు కూడా చాలా ఎక్కువగానే వున్నాయి.

ఆమె బరువుకంటే ఆమె వేసుకున్న నగల బరువే ఎక్కువగా వున్నాయి.

సురేష్, కామిని వద్దకు వచ్చాడు.

"మీరు నాకు నచ్చలేదు."

"నచ్చలేదా?" లేచిలేచి చూస్తూ చెప్పాడు.

"నే....నే.... జీవా అనే అతన్ని ప్రేమించి సర్వం అతనికే అర్పించాను.

నా సర్వస్వం అతనికే అప్పగిస్తాను."

"కామినీ! యిది నీకు న్యాయమా?" ఆశ్చర్యంగా చూశాడు.

"నీవు చదివిన వారు కదా! ఎందుకిలా జరిగిందని కొంచెమైనా ఆలోచించారా? ఏ.సి గది సొగసైన కారు ఆనందమైనజీవితం ఇదంతా రాబోతున్నదని ఆశపడ్డారు.అప్పుడు యిది కూడా అనుసరించాలి కదా!

"కామిని" గట్టిగా అరిచాడు.

"ఉష్.... నా పేరును ఉచ్ఛరించటానికి హక్కుకూడా నా జీవాకి ఒక్కడికే వుంది. నీతో కలిసి జీవించాలనే ఉద్దేశ్యమంతా పెట్టుకోకండి. పడుకున్న సురేష్‌కు అసలు నిద్రరాలేదు. హృదయంలో శ్వేతవచ్చి చేయి కొడుతూ నవ్వింది.

సరిహద్దు

చంద్రకు అలాంటి ఒక దెబ్బ తగులుతుందని ఎవరూ వూహించలేదు. గ్రామంలో ప్రధానమైన సెంటర్‌లో చంద్ర యిల్లు, పావురాళ్ల గూడులాగా మూడు యిళ్ళు కట్టించి అద్దెకు యిచ్చేసింది. ఆమె భర్త ఎప్పుడైనా కొన్ని వందలు జీతంగా తీసుకొచ్చి యిస్తాడు. మిగిలిన సమయాలలో మనుమళ్ళతో ఆడుకుంటూ వుంటాడు.

ఏది ఎలా వున్నా మెయిన్ మందుకు బానిస.

ఫుల్‌గా త్రాగి పడిపోతాడు,

యింటికి తీసుకొచ్చి పడుకోబెడతారు అంతే!

చంద్ర ఎంత చెప్పినా అతను మందు మానటం లేదు.

అద్దెకున్నవాళ్ళు చంద్రనోటికి భయపడి వాళ్ళు ఎక్కడున్నారో తెలియని స్థితిలో వాళ్ళున్నారు.

ఎవరైనా- ఏదయినా రుచికరమైన ఫలహారమో లేదా టిఫినో చేస్తే మొదట చంద్ర ఆరేళ్ళ మనుమడుకి పెట్టి తీరాలి. ఒకవేళ పెట్టకపోతే యింతే సంగతులు.

చంద్ర వూరికే వుండదు. ఏదో వంక పెట్టి వాళ్ళను తిడుతూ వుంటుంది. ఎప్పుడూ గొణుగుతూ వుంటుంది.

ఆమె పేరు చంద్ర. అయినా ఆమెలో చల్లదనం ఏ కోశానా కనుపించదు.

నిప్పుమీద నీళ్ళు పోస్తే ఎలా వుంటుందో ఆ రకం మనిషి బాగా నల్లగా వుంటుంది.గుంటపడిన కళ్ళు. కళ్ళజోడు వేరే పెట్టుకుంటుంది. గిల్లటానికి శరీరంపై కొంచెం కూడా కండలేదు. ఎండిపోయిన ఉప్పుచేపలా వుంటుంది ఆమె దేహం.

ఇలా వున్నా వీధిలో అమ్మాయిలలో ఏదో విధంగా పోట్లాడుతూనే వుంటుంది. అలా కుదరకపోతే యింటిలో అద్దెకున్నవారితో పోట్లాడుతుంది. ఆ పోట్లాటలో నోటికి వచ్చినట్టు మాట్లాడుతుంది. ఇలా రోజూ ఏదో పోట్లాట లేకపోతే ఆ రాత్రికి ఆమెకు నిద్రరాదు.

పక్కింటాయన తన స్థలంలోకి వచ్చాడని పోట్లాట పెట్టుకుని కొన్నివేలు ఖర్చుపెట్టింది. డబ్బులు చేతులు మారిన తరువాత విడిచి వూరుకుంది.

సకల విధాలుగా గర్వం పట్టిన ఆమెకు ఇబ్బందులొచ్చాయి. ఆమె యొక్క కూతురు మేనక వల్లనే యీ యిబ్బంది. మేనకకు చదువు అబ్బలేదు.

ఏడవ తరగతిలోనే చదువుకు అంతరాయం ఏర్పడింది.

ఇప్పుడు ఆమెకు ఇరవై రెండు సంవత్సరాలు వుండవచ్చు.

చంద్ర యొక్క ఇంటికి ఎప్పుడూ బంధువులు- స్నేహితులు కొందరు వచ్చిపోతూ వుంటారు. తేనెలొలికేలా మాట్లాడతారు.

అయితే ఎంగిలి కూడా కాకికి విదిల్చే పనిలేదు.

మేనకకు ఒక యువకుడు సైకిల్ తొక్కటం నేర్పుతున్నాడు. అతను సీటును గట్టిగా పట్టుకోగా మేనక సైకిల్ మీద కూర్చుని పెడల్‌ను తొక్కుతుంది.

వీధివీధంతా నక్కి దాక్కుని వేడుకు చూస్తున్నారు.

వయసులో వున్న యువకుడు- యువతి అలా నడుచుకోవడం చాలా ఆశ్చర్యంగా చూస్తున్నారు. అతనికే యిచ్చి వివాహం జరిపిస్తుందేమోనని వూరంతా చెప్పుకుంటున్నారు.

అది చంద్ర చెవిన పడలేదు. తెలిస్తే యింతే సంగతులు.

వాళ్ళు వున్నారా లేరా అనేట్లు చేస్తుంది చంద్ర.

చంద్ర తన డబ్బు విషయంలో చాలా కరక్టుగా వుంటుంది.

అవతలి వాళ్ళ డబ్బులుంటే వాటిని ఎలాగైనా కరగబెడుతుంది. వాకిలి వూడ్చి కళ్ళాపి చల్లి ముగ్గువేయటానికి అద్దెకున్న వారి వద్ద నుండి ప్రత్యేకంగా డబ్బులు తీసుకుంటుంది. పేరుకు మాత్రమే చిన్న ముగ్గువేస్తుంది. అలాగే మరొక అద్దెకుంటున్నావిడ దగ్గర నుంచి గ్యాస్‌కు కావాలని ఇరవై రూపాయలు తీసుకుంది చంద్ర.

దాన్ని మరచిపోయినట్టుగా వదిలేసింది.

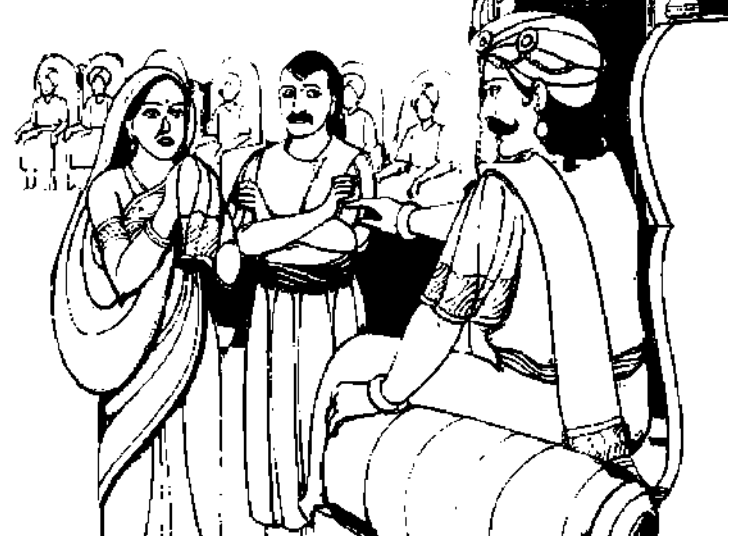
అద్దెకున్నావిడ తనకు డబ్బులు కావాలని అడుగుతుంది.

"పోయేటప్పుడు ఏమీ తీసుకువెళ్ళం. అన్నీ వదిలేసి వెళతాము. అంత జ్ఞాపకం పెట్టుకుని అడుగుతున్నావు. ఎంతో అయిదువందలో- వెయ్యో యిచ్చినట్టుగా అడుగుతున్నావు."

అప్పు యిచ్చిన అమ్మాయి నోరు మూసుకుంది.

మరునాడు ఆ సమస్య ఎదురయింది. మేనక వాంతులు చేసుకుంటున్నది. గుసగుసల మధ్య చంద్ర- మేనకలను ఆస్పత్రికి తీసుకెళ్ళటం చాలా కష్టమయింది.

నాలుగైదు యిళ్ళ అవతల వున్న డ్రైవర్ వెంకటేశ్ సహవాసం వల్ల ఆమెకు యీ దుర్గతి పట్టి వుంటుంది.



విషయం తెలిసిపోయింది. వెంటనే అబార్షన్ చేయమంది చంద్ర.

ఆ రోజు నుంచి మేనకకు గట్టి కాపలా పెట్టింది.

"నేను వెంకటేశ్‌నే పెళ్ళి చేసుకుంటాను" అని చెప్పింది. దాంతో దెబ్బలు పడ్డాయి.

అయినా మేనక మనసు మారలేదు. అవసరంగా అల్లుడు కోసం గాలించింది. చంద్ర కొందరు వచ్చి చూశారు. చంద్ర మరొక అవతారంలాగా చిర్రుబుర్రులాడటం వల్ల మేనకెవరికీ నచ్చలేదు. అయినా అల్లుళ్ళ వేట మానలేదు చంద్ర.

వెంకటేశ్ డ్రైవర్ అయినందువల్లనో- చూడటానికి అవలక్షణంగా వున్నాడు.

ఏమయిందో ఏమో చంద్ర అభ్యంతరం చెప్పలేదు. అతను వేరేజాతి. అదే ఆమె తెలుసుకున్న విషయం. ఇలా జాతిని చూస్తూ వున్న చంద్ర వివాహం చేసుకున్నదే ఒక విచిత్ర కథ.

ఆమె భర్త వేరేజాతి. చంద్ర కొంచెం వసతి వున్న భర్త కోసమే గాలం వేసింది. ఆ గాలానికి సులభంగా చిక్కుకున్నాడు అతను. ఆ సమయంలో ఏడో నెల జరుగుతోంది. అతను చంద్రను వివాహం చేసుకున్నాడు. వివాహం అయిన మూడవ నెలలోనే మేనక పుట్టింది.

ఆ తరువాత ఆ విషయం కనుమరుగయింది. అటువంటి చంద్ర తన కూతురు విషయంలో జాతి చూస్తున్నది. ఆ రోజు కార్తీకదీపం ఇంటిలో ముగ్గులు వేస్తూ వుంది మేనక.

ఆమె స్నానం ముగించి అన్నీ నగలను పెట్టుకుంది.

మిగిలిన వాళ్ళు తమ తమ పనులలో వుండగా కొంచెంసేపు ఆగిన తరువాత చంద్ర ఆలోచించింది. కూతురు కనుపించలేదు.

ఆమెను వెతుకుతూ అందరూ పరుగులు తీశారు.

ఆమెతో పాటు వెంకటేశ్ కనుపించటం లేదు.

ఆ రోజు సాయంకాలం మేనక వెంకటేష్ నూతన దంపతులుగా వచ్చారు. చంద్ర అదిరిపోయింది.

కూతురు మీదపడి నగలన్నీ వొలుచుకుంది.

మేనక ఇలా జరుగుతుందని వూహించలేదు.

వేడుక చూస్తున్నవారిని చంద్ర విసుక్కుంది.

“ఏమిటయ్యా! ఇక్కడ కోతులు ఆడుతున్నాయా? అందరం వెళ్ళేది అక్కడికే. వున్నంతవరకే ఈ ఆటలన్నీ ఏయ్ భూదేవీ ఇక మీదట యీ ప్రక్కకు వస్తే మీ కాళ్ళు విరగ్గొడతాను ఒరేయ్! కుక్కా....నిన్నేరా....”

మేనక అమాయకంగా తన భర్తతో బయటకు వెళ్ళిపోయింది.

వీధి వీధంతా ఆశ్చర్యపోయింది.

ఎవరో ఒకరితో సైకిల్ నేర్చుకుంటుంటే భార్యాభర్తలు వేడుకగా చూశారు. మేనక వెళ్ళిపోయిన విషయం కొన్నాళ్ళ వరకు మరువలేకపోయారు.

అయితే వూరు అంత సులభంగా మరచిపోతుందా? యిప్పుడు చంద్రతో చుట్టుప్రక్కలవాళ్ళు ఎవరూ మాట్లాడటం లేదు. ఆమెగా వచ్చి మాట్లాడితే వినిపించుకోవడం లేదు.

చంద్రను ఎవరూ విసుక్కోవటంలేదు.

ప్రత్యేకంగా నిలబడి వూరినే అల్లాడించిన చంద్ర యిప్పుడు కట్టెలా నిలబడిఉంది.

ఇతరుల విషయాలు పట్టించుకోవటం వల్ల తన యింటి విషయం పట్టించుకోకుండా పోయింది.

దానికి లభించిన దండన యిది!

సరయిన జీవితం

ఆ పాఠశాలలో నూతన భవన ప్రారంభోత్సవం. బీద విద్యార్థుల కోసమని ప్రత్యేకంగా సౌకర్యంగా హాస్టల్ భవనం కట్టడానికి సహాయం చేయటానికి విదేశీయుడైన హెన్రీ అనే ఆయన యొక్క స్నేహితుడైన విన్సెంట్ అనే ఆయన ఉత్సవానికి అతిథులు.

కళా ప్రదర్శనలు చూసి ఎంతో ఆనందించారు. జాన్ ఆడిన గరగాట్టం అందరినీ ఆకర్షించింది. మారువేషాలు వేసిన వారిలో జాన్‌కే మొదటి బహుమతి వచ్చింది. ఉత్సవం పూర్తికాగానే హెడ్మాష్టర్ జాన్‌ని పిలిచాడు.

ఆసక్తితో నిలబడిన హెన్రీ-విన్సెంట్ అతని తలమీద పెట్టుకున్న రెక్కల కిరీటం గురించి విచారించారు.

“ఈ రెక్కలు ఎక్కడ దొరికాయి?”

“నా స్నేహితుడు కుమార్ పాపనాశనం సమీపంలోవున్న అడవిలో జీవించే కొండ జాతికి చెందినవాడు. అతనే యీ రెక్కలు యిచ్చాడు. పోయిన సంవత్సరం ఎన్.సి.సి క్యాంప్‌లో నాకు ఆయన పరిచయం అయ్యాడు. పాపనాశనం సమీపంలో వున్న విక్రమ్‌సింగ్‌పురంలో చదువుకుంటున్నాడు.

“అతన్ని అర్జంటుగా నేను కలుసుకోవాలి. అతన్ని తీసుకురాగలవా?” హెడ్మాష్టర్ అడిగాడు.

“విన్సెంట్ ఒక పక్షిజాతి నిపుణుడు. ఆయన చూసిన ఆ రెక్కలు ఒక అపూర్వమైన పక్షిజాతివి. ఆ జాతే యించుమించు అంతరించిపోయింది” అని యింతవరకు అనుకుంటున్నారు.

కారులో ఒక టీచర్ సహాయంతో బయలుదేరాడు. బీద కుర్రాడయిన జాన్ ప్రస్తుతం మొట్టమొదటిసారిగా కారులో ప్రయాణం చేస్తున్నాడు. తండ్రిని కోల్పోయిన జాన్ అతని తల్లి కూలీపనిచేసి చదివిస్తున్నది. మరొక అమ్మాయి అయివున్నట్టయితే పదహారు సంవత్సరాలయిన- వయసయిన అతన్ని పదేళ్ళ వయసయిన తన చెల్లెలిని పనులకు పంపించివుండేది. కొన్ని ప్రదేశాలలో ఆ బీద విద్యార్థులను చేర్చే పాఠశాలలోనూ హాస్టల్‌లోనూ చేర్చాడు.

జాన్ ఎప్పుడూ కష్టపడి చదివి తన తల్లిని సౌకర్యంగా జీవించాలనే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నాడు.

ఆ కారు ప్రయాణానికి ఎంతో మురిసిపోయాడు.



కుమార్ యొక్క పాఠశాలలకు వెళ్ళి– అతనుంటున్న హాస్టల్‌కి వెళ్ళి కుమార్‌ను కలుసుకున్నాడు.

ఆ రోజు సెలవుదినం.

అనుమతి పొందిన అతను కుమార్ వున్న ప్రదేశం చూపటానికి అతని యొక్క కొండజాతి వున్న చోటుకు తీసుకువెళ్ళాడు.

కొండకు ఒక ప్రక్క అతి ఎత్తయిన సరుకుచెట్లు– పూల మొక్కలు– ముళ్ళపొదలు– చిన్న చెట్లు దానిపైన జెండాల్లాగా పువ్వులు– వాళ్ళయొక్క హృదయాలను దోచుకున్నాయి.

ఒక ప్రక్క వాగు చిన్న నీటిధార మధ్యలో లెట్రిన్ వున్నాయి. మధ్యలో కారు నిలిపి కొన్ని రకాల పక్షులను చూశారు. బైనాక్యులర్ సహాయంతో చూసినప్పుడు దూరాన్నుంచి పక్షులు కూడా సమీపంలో వున్నట్టుగా కనుపిస్తున్నాయి.

ఇంతవరకూ కారులో వచ్చిన వారు యిక మీదట కారులో వెళ్ళలేకపోతున్నారు. కాళ్ళకు పెద్ద సాక్సు– షూ తొడుక్కున్నారు. ఆ ప్రదేశంలో ఒకే బాట సమీపంలో చెట్లకు మధ్యలో వుంది. అక్కడ కాళ్ళజెర్రిలు– పాములు చాలా ఎక్కువగా వున్నాయి.

ఇంచుమించు మూడుగంటలసేపు అలా నడిచి ఒక నట్టడివి చేరుకున్నారు.

ఒక పెద్ద చెట్టు క్రింద కుమార్ నిలబడి వున్నాడు. కొన్ని పక్షులు "కీచ్....కీచ్" అంటూ ఎగురుతున్నాయి. అవి చిలుకల కంటే పెద్ద ఆకారంలో వున్నాయి.

కొన్ని రంగులలో రెక్కలు వున్నాయి. అయితే రెక్కలు– తల–తోక పంచవర్ణ చిలుక కాదు అని చూపించాయి.

బైనాక్యులర్‌తో చూసిన విన్సెంట్ పరవశం చెందాడు.

ఆశ తీరా ఫోటోలు తీశాడు.

జాన్, కుమార్‌ను కౌగలించుకుని అభినందించాడు.

సూర్యుడు పై నుంచి క్రిందకు దిగటం మొదలుపెట్టాడు.

కుమార్ వాళ్ళను తన నివాసం వద్దకు తీసుకువెళ్లాడు.

సుమారు ఒక యాభై కొండజాతి వాళ్లు అక్కడ నివసిస్తున్నారు. కర్రలతో కట్టబడిన ఇళ్ళకు ఒక రకంగా గడ్డి వేస్తున్నారు. కుమార్ గుడిసెలోంచి వాళ్ళను అతని తల్లి, తండ్రి, ఆహ్వానించారు. అతని తల్లి యిచ్చిన చిలకడదుంపను ఉడకబెట్టి అతని ముందుంచారు. తేనెలో నానబెట్టిన పనసతొనలు మరియు పలురకాల పండ్లు ఆశతీరా తిన్నారు.

చీకటి పడింది. అందరి యిళ్ళల్లోనూ జంతువుల కొవ్వులాంటి దీపాలను వెలిగించారు.

కుమార్ యొక్క తండ్రి అందరినీ వూరు పంచాయితీ వద్దకు తీసుకువచ్చారు. విన్సెంట్ ఆయనకు ఆ పక్షిరెక్కలు చూపించారు. యివి ఏ పక్షివి అనేది మీకు తెలుసా.

ఈ పక్షి జాతి ప్రస్తుతం నిర్మూలన అవుతున్నది. ఆఫ్రికాలో పూర్తిగా అంతరించి పోయింది. మీ యొక్క యోగం యిక్కడ యీ అడవిలో వున్నది. వీటిని మీరు వేటాడకూడదు. ఒక వేళ మీ కళ్ళకు కనపడినా చంపకూడదు. ప్రజలందరూ వీటిని కాపాడాలి. మీరు ఒక్కొక్కరూ కుటుంబానికి నెలనెలా వందరూపాయలు యిచ్చేటట్లు ఏర్పాటు చేస్తాను.

పైగా మీ కోసం కలెక్టర్‌తో మాట్లాడి యిక్కడే రేషన్‌షాప్ ఓపెన్ చేయించి ఉచితబియ్యం–బట్టలు–వగైరా– యిచ్చేటట్లు ఏర్పాటు చేస్తాను.

ఇది విన్న అందరూ ఎంతో ఆనందించి హర్షధ్వానాలు చేశారు. విన్సెంట్ కలెక్టర్‌తో వెళ్ళాడు. తాను తీసిన ఫోటోలు చూపించాడు. కొండజాతి ప్రజల దీనస్థితి

యింటివద్దనుంచి సెంటర్ చాలాదూరం వుండటం వలన ఆహారానికి– దుస్తులకు యిబ్బంది పడుతున్నారని తెలిసి కొందరు అధికారులు వారి అభివృద్ధి కోసం ప్రయత్నాలు చేశారు.

అక్కడే ఒక రేషన్ షాపు ఏర్పాటు అయింది.

కుమార్ యొక్క తండ్రి– అన్నయ్య– కొండజాతి ప్రజలయొక్క ప్రతినిధులయ్యారు. దరిద్రం అనుభవించిన వాళ్ళకు చెట్లు యిచ్చి వాళ్ళను నడిపిస్తున్నారు. అందుకు వాళ్ళకు జీతాలు యిస్తున్నారు. యిళ్ళకు చుట్టూ తోటలు వేసి కాయగూరలు పండిస్తున్నారు. గేదెలు, మేకలు, కోళ్ళు, మొదలైన వాటిని పెంచి పెంపు చేస్తున్నారు. అందువల్ల అడవి జంతువులను వేటాడటం లేదు.

దాంతో చెట్లను నరక్కుండా అడవి నిప్పు ఏర్పడకుండా కొండలను కాపాడుతున్నారు.ఆ కొండలు నిగనిగలాడుతూ వున్నాయి. వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. కొండజాతి ప్రజలు కొంచెం కొంచెంగా వారిలో నాగరికత పెరిగింది.

బాలురు– బాలికలు పాఠశాలలకు వెళుతున్నారు. జాన్–కుమార్ అసలైన జీవితాన్ని మంచి భవిష్యత్తును ఏర్పడటానికి ముఖ్యకారణమైన ఆ అపూర్వ పక్షులను కంటికి రెప్పలా కాపాడుతున్నారు.

ఇంటర్వ్యూ

మనసు కలత చెంది కూర్చున్నాడు సురేష్. తనకు తెలిసిన దేముళ్ళందరికీ మనసులోనే మొక్కుతున్నాడు.

చుట్టూ పరికించి చూశాడు.

నలుగురు పురుషులు–అయిదుగురు స్త్రీలు వున్నారు.

"వీళ్ళు నా కంటే ఎక్కువ చదువుకున్నారేమో" దిగులుతో వున్నాడు సురేష్.

సురేష్‌కు అనుమానం ఎక్కువ.

ప్రతి విషయానికి ముందుగానే చెడుగా ఆలోచిస్తాడు. తాను పరీక్షకు వెళుతూ కూడా విపరీతంగా ఆలోచించేవాడు. తాను పాసవుతాడో? లేదో?

నేను బాగా చదివి కంఠతా పట్టిన ప్రశ్నలు యివ్వకుండా నేను చదవని ప్రశ్నలు యిస్తారేమో?.

ఎలాగ వ్రాయటం?



అనవసరంగా ఆలోచిస్తూ వుంటాడు.

కారణం ఏమీ వుండదు. ఆ కంగారు ఆ అనుమానం కొంప తీస్తున్నది. అదే అతని ప్రాణాలు కూడా తీస్తుంది.

ఆ యువతులను చూస్తుంటే తనమీద తనకే నమ్మకం కోల్పోతున్నాడు.

ఒక పోస్ట్ మాత్రమే ఖాళీవుంది.

దానికి తొమ్మిది మంది వచ్చారు.

తనకు గ్యారంటీ పోస్టురాదు అనుకున్నాడు సురేష్.

తనకు నమ్మకం పూర్తిగా పోయింది.

అంతలో పిలుపు వినిపించింది.

"సురేష్.....సురేష్....." అంటూ దిగ్గున లేచాడు సురేష్.

ఆ పిలుపు ఇంటర్వ్యూ ఆఫీసర్ వద్ద నుంచి వచ్చింది.

తన వద్దనున్న సర్టిఫికెట్లు అన్నీ సరిచూసుకుని లోపలికి వెళ్ళాడు.

లోపల ముగ్గురు కుర్చీల్లో కూర్చున్నారు.

వాళ్ళు అడిగిన అన్ని ప్రశ్నలకు సమాధానాలు చెప్పాడు.

తాను తీసుకున్న ఎమ్.కామ్ డిగ్రీ సర్టిఫికెట్ గనినిలో తాను పొందిన సర్టిఫికెట్లు తీసి చూపించాడు.

తనకు ఒక ప్రశ్నా పత్రం యిచ్చి పూర్తి చేయమన్నారు.

దానిని చాలా తక్కువ సమయంలో పూర్తి చేసి యిచ్చాడు సురేష్.

దాన్ని తీసుకుని అతన్ని బయట వుండమని చెప్పారు.

బయటకు వచ్చి కూర్చుని గోళ్ళు కొరుక్కుంటున్నాడు.

అతనితోపాటు యిద్దరు యువతులు కూడా వున్నారు.

వాళ్ళు కూడా లోపలికి వెళ్ళి వచ్చారు.

గడియారం గంటలు టిక్ టిక్ మని కొడుతున్నాయి.

"సురేష్.... సురేష్..." మళ్ళీ పిలుస్తున్నా విని తలుపులు తోసుకుని లోపలికి వెళ్ళిపోయాడు సురేష్.

"థాంక్స్ సురేష్... మీ చదువు గనిని తెలివిని చూసి మీకే యీ సీటు యివ్వాలని నిర్ణయం చేసుకున్నాము. రేపే మీరు మీ అబ్బాయిని పిలుచుకువచ్చి ఎల్.కే.జీలో చేర్చుకోవచ్చు" అన్నారు ప్రిన్సిపాల్.

పరిమళం

పరిమళకు పదిహేడు సంవత్సరాలు వయసు. అందంగా వుంటుంది.

ఎప్పుడు చిరునవ్వు చెరగని మోము. నవనవలాడే నాజూకు అందాలు. ఆ పల్లెటూరు మొత్తంలో ఆమెను మించిన మరో అందగత్తె లేదు. నాలుగు వందలు గడపలున్న ఆ పల్లెటూరిలో వయసొచ్చిన కుర్రాళ్ళందరికి రాత్రివచ్చే కలల్ని పలకరించి పోయేరూపం ఖచ్చితంగా పరిమళదే అయి వుంటుంది.

"పరీ.....! ఎక్కడికే బయలుదేరావ్? బుట్ట బొమ్మలా తయారయ్యి సాయంత్రం అయిదు గంటల ప్రాంతంలో బయటకు వెళుతున్న కూతురి వంక చూస్తూ అడిగింది



వర్ధనమ్మగారు. "టైలరు దగ్గరకమ్మా! సంక్రాంతికి కొన్న జాకెట్టు చిరిగిపోయింది. బీరువాలో అదే రంగు ముక్క కనుపించింది. కుట్టటానికి ఇచ్చి వస్తాను" చెప్పులు వేసుకుని బయటికి వస్తూ అంది పరిమళ.

వెళుతున్న కూతురిని- ఆమె అందాన్ని చూసి మురిసిపోతుంది ఆ తల్లి అలా చూస్తుంటే తన చూపు వల్లే పరిమళను దిష్టి తగులుతుందని దృష్టిని మరల్చి యింటిలోనికి వచ్చేసింది వర్ధనమ్మ.

హైహీల్స్ చెప్పులతో వయ్యారంగా నడుస్తున్న పరిమళను చూసి "ఏయ్ పరిమళా యిటురా" అన్నాడు నాగరాజు.

నాగరాజు,పరిమళకు మేనబావ. యిద్దరికీ మూడేళ్ళు తేడా! అంటే నాగరాజుకు ఇరవై ఏళ్ళు వుంటాయి.

నాగరాజు పట్నంలో డిగ్రీ కంప్లీట్ చేసి, ఉద్యోగం కంటే వ్యవసాయమే నయం అనుకుని తండ్రి సంపాదించిన పాతిక ఎకరాల పొలంలో ఆధునిక పద్ధతిలో వ్యవసాయం చేస్తున్నాడు.

మనిషిని చూడటానికి ఎర్రగా, బుర్రగా, కండరాలు తిరిగిన శరీరంతో, అందంగా వస్తాదులా కనుపిస్తాడు. కాని పరమ పిరికి.

"ఏంటీ?" దగ్గరకొస్తూ సీరియస్‌గా కళ్ళెగరేస్తూ అడిగింది పరిమళ.

"ఏమే.... మీ నాన్న నడిగితే దానిష్టం.. దాన్నడుగు అంటాడు".

"నిన్నడిగితే ఏ సమాధానం చెప్పవ్... ఎన్నాళ్లు ఇలా వయసు ముదర బెట్టుకుంటూ నీ కోసం ఎదురు చూస్తుండమంటావ్?నన్నుపెళ్ళి చేసుకుంటావో, చేసుకో వోచెప్పవే. నాకోసం చాలా మంది ఆడపిల్లలు తాళి బొట్టు బొడ్లో దోపుకుని ఎదురు చూస్తున్నారు" నిలదీస్తున్న ట్లుగా అడిగాడు నాగరాజు. సీరియస్‌గా నాగరాజువైపు ఓ లుక్కు ఇచ్చింది పరిమళ.

"ఏంటే సమాధానం చెప్పమంటే గుడ్లురిమి చూస్తున్నావ్...." గద్దిస్తూన్నట్టుగా అడిగాడు నాగరాజు. పరిమళ అటూ యిటూ చూసింది.

రోడ్డు మీద జనం పల్చగా వున్నారు. ఎవ్వరూ వీళ్లిద్దర్నీ గమనించట్లేదని

నిర్ణయించుకున్న పరిమళ 'హూ' అంటూ ఒక్కసారి ఏడుపు గొంతుతో పెద్దగా అరిచింది. "ఎందుకే ఏడుస్తున్నావ్?.... ఇప్పుడు నేనే మన్నానని" కొద్దిగా కంగారుగా అన్నాడు నాగరాజు.

సమాధానం చెప్పకుండా మరోసారి అదే రేంజ్‌లో అరిచింది పరిమళ.

"అమ్మో.... ఆపవే.... ఎవరన్నా వింటే నేను నిన్నేదో చేస్తున్నానని చావబాదుతారు" మరింతగా కంగారు పడిపోతూ దీనంగా అన్నాడు నాగరాజు.

ఏడుపు ఆపేసి ఫక్కున నవ్వింది పరిమళ. ఆశ్చర్యంగా ఆమె వంక చూశాడు నాగరాజు.

"ఒరేయ్ బావా..... ఇందుకేరా నిన్ను పెళ్ళి చేసుకోననేది. ఆడది కోరుకునేది కేవలం పురుషుడి ద్వారా సుఖాన్ని పొందటం కాదు. ఆపదవస్తే ప్రాణాలు ఒడ్డయినా రక్షించగలిగే మొగుడ్ని" అంటూ విసవిసా వెళ్ళిపోయింది.

కరిగిపోతున్న కలలా కదిలిపోతున్న పరిమళని చూస్తూ నాగరాజు మనసు బాధతో నిస్పృహగా మూల్గింది.



సాయంకాలం అయిదు గంటలయింది. "అత్తా పరిమళ ఏది?" అంటూ వచ్చింది రాజ్యలక్ష్మి. "రాజ్యలక్ష్మి పరిమళ కంటే మూడేళ్ళు పెద్దది. రెండేళ్ళ క్రితమే వివాహ మయింది. మొగుడు పెద్ద అనుమానపు పక్షి. ఆర్నెల్లు కాపురం తిరక్కుండానే రాజ్యలక్ష్మికి, పాలవాడికి అక్రమసంబంధం కట్టి ఆమెను తన్ని తగలేశాడు.

రాజ్యలక్ష్మి కూడా చావనైనా చస్తానుగాని అంత అనుమానపు మొగుడితో నేనసలు కాపురం చెయ్యనే చెయ్యను" అంటూ పుట్టింటికొచ్చి భీష్మించుకు కూర్చుంది.

ఈ ఏడాదిన్నరలోపు ఆమె మొగుడు ఓ డజనుసార్లు వాళ్ళింటికి వచ్చి బుద్ధిగా కాపురం చేసుకుంటానంటూ ఓ డజనుసార్లు బ్రతిమాలి వెళ్ళాడు. అయినా రాజ్యలక్ష్మి నిర్ణయంలో ఏ మార్పు రాకపోవటం వల్ల అతగాడి ప్రయత్నాలు ఫలించలేదు.

"దాని గదిలో వున్నట్టుందే.. అది సరేగానీ మొన్నామధ్య నీ మొగుడు వచ్చెళ్లా డటగా..." దీర్ఘం తీస్తూ అంది వర్ధనమ్మ.

"ఆc కాకిలా కాలికి బలపం కట్టుకు తిరుగుతూనే వున్నాడు. పనా? పాటా?" ఈసడింపుగా అంది రాజ్యలక్ష్మి.

"పోనీవే మగాడన్నాక సవాలక్షా తప్పులు చేస్తాడు. వాటిని సమర్ధించుకోవాలి. వాడి తప్పు వాడు తెలుసుకుని నిన్ను బుద్ధిగా ఏలుకుంటానన్నాడుగా.... ఈసారికి వెళ్ళి చూడు. మళ్ళీ తేడా వస్తే అప్పుడు సంగతి అప్పుడు చూడవచ్చు. తెగేదాకా లాగటం కాపురానికి అంత మంచిది కాదే" అంది వర్ధనమ్మ పెద్దరికంతో.

"అత్తా... పెద్దదానివయినా నీకోమాట చెప్పనా? ఏడుపొస్తే మగాడికి కళ్ళు తడుస్తాయి. ఆడదానికి గుండె తడుస్తుంది. కాపురం సజావుగా సాగాలంటే పెళ్ళాం మొగుడిని ఇష్టపడటం కాదత్తా! మొగుడికి పెళ్ళాం మీద నమ్మకం వుండాలి" జీరబోయిన గొంతుతో అంది రాజ్యలక్ష్మి.

రాజ్యలక్ష్మి అన్న ఆ మాటకి ఆమె మొగుడు ఆమెను మానసికంగా ఎంత హింసించి వుంటాడో అర్ధమైన వర్ధనమ్మ మనసు తడిసింది. వెంటనే పరిమళ గుర్తొచ్చి–

"భగవాన్ నా బిడ్డకు అలాంటి భర్తను రాకుండా చూడు తండ్రీ" అంటూ మనసులోనే మౌనంగా వేడుకుంది. సరిగ్గా అదే సమయంలో–

"ఏయ్ రాజ్యం?....ఏంటిలా వచ్చావ్" అంటూ గదిలోంచి బయటకు వచ్చింది. పరిమళ. "నీ కోసమే టెంట్ హాలులో గుణసుందరి కథ ఆడుతోంది, వెడదాం వస్తావా?" అంది రాజ్యలక్ష్మి. సినిమాలంటే పరిమళకి పిచ్చి.

కానీ అలా సాయంత్రంపూట సినిమాకి తల్లీ తండ్రితో తప్పించి ఒంటరిగా వెళ్ళి ఎరుగదు. తల్లి ఏమంటుందో అన్నట్టు వర్ధనమ్మ మొహంలోకి చూసింది.

"రాత్రిపూట ఆడపిల్లలు ఒంటరిగా, సినిమాకెందుకు? రేపు పగలు వెళ్ళండి" అంది వర్ధనమ్మ. "అత్తా యీరోజుతో ఆఖరుట. ఇందాక రిక్షాలో మైకులో చెప్పాడు. ఆడపిల్లల మయినా వున్న వూళ్ళో మాకు భయం ఏంటత్తా?" అంది రాజ్యలక్ష్మి ధీమాతో. వర్ధనమ్మ ఎక్కువసేపు సణగలేదు.

"సరే మీ యిష్టం. జాగ్రత్తగా వెళ్ళిరండి" అంది.

పావుగంట తరువాత ముదురు వంకాయ రంగు పరికిణి జాకెట్టు పసుపురంగు ఓణీతో అందంగా, బుట్టబొమ్మలా ముస్తాబయ్యి తూనీగలా రాజ్యలక్ష్మితోపాటు ఊరిచివర చెరువును ఆనుకుని వున్న టెంట్‌హాల్‌వైపు కదిలింది పరిమళ.



"జోరు మీదున్నావు తుమ్మెదా..... నీ జోరెవరి కోసమే తుమ్మెదా." టెంట్ హాలు దగ్గర నుంచి మైకులో జోరుగా పాట వినిపిస్తోంది.

రాజ్యలక్ష్మి పరిమళ రోడ్డుమీద చకచకా నడుస్తున్నారు.

వయ్యారి చిలకలా కులుకుల నడుంతో దొంగచూపులు చూస్తూ మనసులోనే చొంగలు కార్చుకోసాగారు.

"ఏమిటే పరీ.... ఎక్కడికి బయలుదేరావ్?" అని వెనుకనించి పిలుపు వినిపించ టంతో అది నాగరాజు గొంతేనని ఊహిస్తూ చివ్వున తలతిప్పి చూసింది పరిమళ.

ఆమెకు ఓ నాలుగడుగులు వెనుగ్గా వస్తున్నాడు నాగరాజు.

"నా సంగతి సరే! పెద్ద మగాడిలా ఈ టైములో నువ్వెక్కడికి బయలుదేరావ్? అసలే వూళ్ళో దెయ్యాలు తిరుగుతున్నాయట. జాగ్రత్త, దడుసుకుంటే మళ్ళీ మీ అమ్మ తాయెత్తులు.. శాంతి అంటూ నానా రభసచేస్తుంది." కిసుక్కున నవ్వుతూ అంది పరిమళ. నాగరాజు మొహం మాడిపోయింది.

ఆర్నెల క్రితం తెల్లవారుజామున నాగరాజు సిగరెట్ కాల్చుకుంటానికి పెరట్లోకెళితే పక్కింటి మేడమీద ఆరేసిన తెల్లచీర గాలికి ఎగురుతూ రావటం చూసి దెయ్యం అనుకుని పెద్దగా అరిచి పడిపోయాడు. ఆ దెబ్బకి వళ్ళు పేలిపోయేంత జ్వరం వస్తే.... పాపం వాళ్ళమ్మ తాయెత్తులు, పూజలు అంటూ నానా హడావిడి చేసింది. ఆ విషయం గుర్తుకువచ్చి పరిమళ అలా అంది. "ఛ...వూరుకో పరిమళా! చెట్టంత మగాడ్ని పట్టుకుని ఏమిటా మాటలు" చిన్నగా కసురు కుంటున్నట్టు అంది రాజ్యలక్ష్మి.

"అవును చెట్టంత మగాడు. కానీ ఏం లాభం? కండలు తప్ప గుండె లేదు" అంటూ నవ్వింది పరిమళ.

"రాజ్యలక్ష్మి.... అదెప్పుడు అంతేగానీ నువ్వు చెప్పు ఇంతకీ ఎక్కడికి బయలు దేరారు.,." చొరవగా రాజ్యలక్ష్మి ప్రక్కన నడుస్తూ అడిగాడు.

"గుణసుందరిని చూసొద్దామని...." రాజ్యలక్ష్మి సమాధానం చెప్పేలోపలే పరిమళ కల్పించుకుంటూ అంది. "అదెవరు?" ఆశ్చర్యంగా అడిగాడు నాగరాజు.

" ఆఁ నాక్కాబోయే ఆడబడుచు నువ్వు చూస్తావా? నా మొగుడ్ని చూపిస్తా" ఎగతాళిగా అంది పరిమళ.

బావా మరదళ్ళిద్దరి పోట్లాటకి నవ్వుకుంటూ నడవసాగింది రాజ్యలక్ష్మి. వాళ్ళతో మాట్లాడుతూ నడుస్తున్న నాగరాజు పరిసరాలను గమనించనేలేదు.

ముగ్గురు సినిమాహాలు దగ్గరకు చేరుకున్నాక అర్థమైంది నాగరాజుకి పరిమళ ఆడపడుచు ఎవరో.

పరిమళ నాగరాజును వదిలేసి రాజ్యలక్ష్మి చెయ్యి పుచ్చుకుని లాక్కువెళ్ళి టికెట్లు తీసుకుని హాలులోపలకు వెళ్ళిపోయింది.

"ఏయ్ పరిమళ నాగరాజుని వదిలేసి వచ్చామని బాధపడుతూ-" మసకచీకట్లో తడుముకుంటూ కుర్చీలో కూర్చున్నాక అడిగింది రాజ్యలక్ష్మి.

"బాధపడనీ... నాకేం" నిర్లక్ష్యంగా అంది.

"నిజం చెప్పు.... నాగరాజంటే నీకిష్టం లేదా?" అనడిగింది రాజ్యలక్ష్మి.

"ఆ మసక చీకట్లో ఆ ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పేటప్పుడు పరిమళ మొహంలో కదిలే భావాలు చదవటానికన్నట్లు ఆమె మొహంలోకి దీక్షగా చూస్తూ.....

"ఇష్టమే చచ్చేంత ఇష్టం...కానీ అతనిలోని పిరికితనం అంటే నాకు అసహ్యం. చొరవలేదు. రేపు పెళ్ళయ్యాక ఎవడైనా నా మీద చెయ్యేసినా యీ పిరికోడు ఏం చెయ్యలేడేమో అని భయం. ఆ భయంతోనే నేను నాగరాజుని పెళ్ళి చేసుకోవాలా? వద్దా అని ఆలోచిస్తూ దూరంగా వుంచుతున్నా" అంటూ నిట్టూర్చింది పరిమళ.

పరిమళని ఏదో అడగటానికి నోరు తెరిచింది రాజ్యలక్ష్మి. అదే సమయంలో నాగరాజు లోపలికి రావటంతో మౌనంగా వుండిపోయింది.నాగరాజు కూడా పరిమళకు వెనుకలైన్లో కూర్చున్నాడు.

సినిమా మొదలైంది. పరిమళ రాజ్యలక్ష్మి సినిమాలో లీనమయ్యారు.

అరగంట గడిచిన తర్వాత పరికిణికి జాకెట్ మధ్య అంటీ అంటనట్లు ఏదో చేతి స్పర్శ తగలటంతో కళ్ళు క్రిందకు వాల్చింది చూసింది. ఆమె వూహించింది సరిపోయింది.

వెనుక కూర్చున్నవాడి చెయ్యి అది.తన వెనక కూర్చుంది నాగరాజు అవునా; కాదా; అన్న డైలమాలో ఆమె వుండగానే ఆ చెయ్యి నెమ్మదిగా ఎక్కడెక్కడికో వెళ్ళింది.

పరిమళ వెనక్కి తిరిగి చూసింది.

ఆ చెయ్యి నాగరాజుది కాదు.

ఆ వూళ్ళో చిల్లర రౌడీ సత్యంగాడిది.

పరిమళ వెనక్కు తిరిగి చూడటంతో పళ్ళికిలించాడు.

పరిమళ గుండె రోషంతో భగ్గుమంది.

"ఏరా సత్తిగా! వళ్ళు ఎలా వుంది? చేతులేస్తున్నావ్?" గట్టిగా కోపంగా అంది.

సత్తిగాడు పళ్ళికిలిస్తూ ఏదో చెప్పబోయే లోపలే వాడికి రెండు కుర్చీలు అవతలవున్న నాగరాజు ఈడ్చి సత్తిగాడి మొహం మీద గుద్దాడు.




సాంబార్లు, చార్లు, వడియాలు, అప్పడాలు

సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ







సాంబార్లు, చార్లు, వడియాలు, అప్పడాలు

మైథిలీ వెంకటేశ్వరరావు

₹ 40/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

ప్రథమ ముద్రణ:
జూలై 2011

ముద్రణ:

ముఖచిత్రం:
రమణ

పబ్లిషర్స్ :
సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ

ఇందులోని వంటలు ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం కోసం మాత్రమే. తయారీ విధానాన్ని బట్టి ఎంతమందికి కావాలో చూసుకొని, దాని ప్రకారంగా పాళ్లు సరిచూచుకొని వంట చేసుకోగలరు.




విషయసూచిక

పచ్చిపులుసు

ఉలవచారు

పెసరపప్పు-నిమ్మకాయ
చారు

పెసరపప్పు చారు

నిమ్మకాయ చారు

పప్పునీళ్లతోచారు

రసం - 2

సాంబారు

కొబ్బరి కారం

కంది సున్ని

నువ్వుల పొడి

బూడిదగుమ్మడికాయ

క్యాబేజీ వడియాలు

ధనియాల కారం

వంకాయ చారు

సాంబార్లు, చార్లు, వడియాలు, అప్పడాలు

పెసరపప్పుచారు

కావలసిన పదార్థాలు :

పెసరపప్పు	:	1 కప్పు
ఉప్పు	:	తగినంత
పోపుసామాగ్రి	:	తగినంత
నూనె	:	1 స్పూను

తయారుచేయు విధానం :

పెసరపప్పు శుభ్రంగా కడిగి మెత్తగా ఉడికించాలి. ఒక గ్లాసుడు నీళ్ళు పోసి పలుచగా చేసి కాగనివ్వాలి. ఉప్పు, కరివేపాకు, జీలకర్రవేసి కలపాలి. బాణలిలో నూనె వేసి జీలకర్ర, కరివేపాకు, ఆవాలు వేసి వేయించి చారులో కలపాలి.

మామిడిచారు

కావలసిన పదార్థాలు :

పచ్చిమామిడిగుజ్జు	:	100 మిల్లీ గ్రాములు
నూనె	:	3 టీ స్పూన్లు
మెంతులు	:	అర టీ స్పూను
కాశ్మీరి ఎండుమిర్చి	:	2
కరివేపాకు	:	కొంచెం

కొబ్బరిపాలు	:	200 మిల్లీగ్రాములు
మెత్తగానూరిన పచ్చిమిర్చి	:	2
బెల్లం	:	100 గ్రాములు
నీళ్ళు	:	100 మిల్లీ లీటర్లు
కొత్తిమీర	:	ఒక టీ స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

నీళ్ళను వేడిచేసి మామిడిగుజ్జును అందులో వేసి మెత్తగా అయ్యేంతవరకు ఉడికించండి. మూకుట్లో నూనె వేడిచేసి మెంతులు, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకుతో తిరగమోత వేయండి, దానికి మామిడిగుజ్జు, కొబ్బరిపాలు, పచ్చిమిర్చి ముద్ద, బెల్లం, ఉప్పు కలపండి. బాగా మరిగేదాకా ఉంచి కొత్తిమీర వేసి దించేయండి.

సాంబారుపొడి 1

కావాల్సిన పదార్థాలు :

ధనియాలు	:	1 గ్లాసు
ఎండుమిర్చి	:	1 గ్లాసు
పచ్చిశెనగపప్పు	:	అరగ్లాసు
ఛాయమినప్పప్పు	:	అరగ్లాసు
ఎండుకొబ్బరి	:	1 చిప్ప

తయారుచేయు విధానం :

ఇప్పుడు అన్నీ వేయించుకుని తరువాత పొడి చేసుకోవాలి.

రసం

కావలసిన పదార్థాలు :

ధనియాలు	:	50 గ్రా
జీలకర్ర	:	ఒక టీ స్పూన్
మిరియాలు	:	ఒక టీ స్పూన్
ఆవాలు	:	అర టీ స్పూన్
మెంతులు	:	అర టీ స్పూన్
టమాటాలు	:	రెండు

చింతపండు	:	నిమ్మపండు సైజు
పచ్చిమిర్చి	:	3
ఎండుమిర్చి	:	4
వెల్లుల్లిరేకలు	:	3
తిరగమాత సామాగ్రి	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
కొత్తిమీర	:	చిన్నకట్ట
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	కావలసినంత

తయారుచేయు విధానం :

బాణలిని తీసుకుని పొయ్యిపై ఉంచి కొద్దిగా నూనెను పోసి వేడి చేయాలి. ఇందులో ధనియాలు, మెంతులు, జీలకర్ర, ఆవాలు, మిరియాలువేసి వేయించాలి. చల్లారిన తర్వాత వీటిని పొడిచేయాలి. పచ్చిమిర్చి, ఎండుమిర్చితోపాటు వెల్లుల్లిని నూరుకోవాలి. ఒక గిన్నెను తీసుకుని అందులో నీటిని పోసి పై పొడిని, చింతపండు, నూరిన వెల్లుల్లి మిశ్రమాన్ని ఉప్పు, పసుపు చేర్చి పొయ్యిపై ఉంచి బాగా మరగనివ్వాలి. తర్వాత ఇందులో కరివేపాకు, కొత్తిమీరను చల్లి సాంబారుకు పెట్టిన విధంగానే తిరగమాతపెట్టి రసంలో కలపాలి. సాంబారు, రసానికి సంబంధించి కొందరు ఎప్పటికప్పుడే పొడులను తాజాగా తయారుచేసుకుని వేస్తారు. మరి కొందరు పై పొడులను ముందుగానే తయారుచేసుకుని మూత బిగువుగా వుండే సీసాలలోగాని, బాక్సులలోగాని భద్రపరుచుకుంటారు. అదేవిధంగా తీపి కావాలనుకునేవారు సాంబారు, రసంలో బెల్లంకాని పంచదార కానీ వేస్తారు.

సాంబారుపొడి 2

కావాల్సిన పదార్థాలు :

ఎండుమిర్చి	:	3 గ్లాసులు
ధనియాలు	:	4 గ్లాసులు
జీలకర్ర	:	పావు గ్లాసు
మిరియాలు	:	20 గ్రా॥
ఆవాలు	:	పావుగ్లాసు

మెంతులు	:	పావుగ్లాసు
ఇంగువ	:	అర అంగుళం ముక్క

తయారుచేయు విధానం :

ఇంగువ, మిర్చి తప్ప పైన చెప్పినవన్నీ నూనె వెయ్యకుండా వేరు వేరుగా వేయించాలి. బాణలిలో కొద్దిగా నూనె వేసి ఇంగువ ముక్క వేపి, తర్వాత ఎండుమిర్చి వేసి సన్న సెగమీద వేపుకోవాలి. ఎండుమిర్చి, ఇంగువ మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. మిగిలినవి కూడా పొడి చేసి ఇందులో కలుపుకోవాలి. డబ్బాలో జాగ్రత్త చేసుకోవాలి.

సాంబారుపొడి 3

కావాల్సిన పదార్థాలు :

ధనియాలు	:	2 కప్పులు
ఎండుమిర్చి	:	20
మినప్పప్పు	:	1 కప్పు
పచ్చిశెనగపప్పు	:	1 కప్పు
మిరియాలు	:	1 టీ స్పూను
మెంతులు	:	1/2 టీ స్పూను
బియ్యం	:	పావుకప్పు
ఆవాలు	:	2 టీ స్పూన్లు

తయారుచేయు విధానం :

ధనియాలు, ఎండుమిర్చి, పచ్చిశెనగపప్పు, మినప్పప్పు కొద్దిగా వేయించి తరువాత మిగిలినవి వేసుకోవాలి. అన్నీ కలిపి పొడి చేసుకోవాలి.

రసం - 1

తొందరగా, రోజు వారిగా చేసుకునే రసం.

కావలసిన పదార్ధములు :

టమాటా	–	1
పచ్చిమిర్చి	–	1
ఎండుమిర్చి	–	1
పసుపు	–	1/4 చెంచా
ఉప్పు	–	1 1/2 చెంచా

(సుమారుగా)		
పంచదార	–	1/2 చెంచా
చారుపొడి	–	2 చెంచాలు
వెల్లుల్లి	–	4 గర్భాలు
కరివేపాకు	–	1 రెమ్మ ఆకులు
కొత్తిమీర	–	1 చెంచా తరుగు
చింతపండు	–	చిన్న నిమ్మపండంత

పోపుకి :

ఛాయి మినపప్పు	:	1/2 చెంచా
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
జీర	:	1/4 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
నూనె	:	1 చెంచా
కరివేపాకు	:	3 ఆకులు

పొయ్యి దగ్గరకి వెళ్ళే ముందు రెడీ చేసుకోవలసినవి :

ముందుగా టమోటా ముక్కలు కోసి గిన్నెలో వేయాలి. పచ్చిమిర్చి పొడవుగా మధ్యకు చీల్చి వేయాలి. తరువాత ఉప్పు, పసుపు, పంచదార, చింతపండు, చారుపొడి, వెల్లుల్లి చిదిపి వేయాలి. గిన్నెకి అర అంగుళం క్రింద వరకు నీళ్ళు పోసి ఉంచాలి.

తయారీ విధానము :

గిన్నెను పొయ్యి మీద పెట్టి పొయ్యి వెలిగించి పెద్ద మంట మీద ఉడికించాలి. చారు ఉడికి బుడగలు వస్తున్నప్పుడు సిమ్‌లో పెట్టి కొత్తిమీర, కరివేపాకు వేసి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. పది నిమిషాలు మరిగించి దించాలి. బాండీ పెట్టి నూనె పోసి తరువాత మినపప్పు, ఆవాలు, జీలకర్ర, ఇంగువ, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు వేసి వేపి చారులో కలిపి వెంటనే మూతపెట్టి ఉంచాలి.

సాంబారుపొడి 4

కావాల్సిన పదార్థాలు :

ఎండుమిర్చి	:	1/4 కిలో
ధనియాలు	:	1/2 కిలో

బియ్యం	:	125 గ్రా
మిరియాలు	:	25 గ్రా
కందిపప్పు	:	125 గ్రా
పచ్చిశెనగపప్పు	:	125 గ్రా
జీలకర్ర	:	125 గ్రా
పసుపు	:	25 గ్రా
మెంతులు	:	అరకప్పు

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా పైన చెప్పిన పదార్థాలన్నీ ఎండబెట్టి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. అరకప్పు కందిపప్పుతో సాంబారుపెడితే ఈ పొడి 3 టేబుల్ స్పూన్‌లు వేసుకుంటే సరిపోతుంది.

బొంబాయి రవ్వ వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు

మినపప్పు	:	పావుకిలో
బొంబాయి రవ్వ	:	అరకిలో
పచ్చి మిరపకాయలు	:	50గ్రా॥
జీలకర్ర	:	ఒక చెంచా
అల్లం ముక్క	:	చిన్నది
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారు చేయు విధానం

రాత్రిపూట మినపప్పు నానబోసి, ఉదయాన్నే పప్పు మీద పొట్టు తీసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. అల్లం ముక్క పచ్చిమిరపకాయలు, జీలకర్ర, ఉప్పు కలిపి మెత్తగా నూర పిండిలో కలుపుకోవాలి. బొంబాయి రవ్వని శుభ్రం చేసుకుని మినప్పిండిలో కలిపి తడి బట్టమీద వడియాలుగా పెట్టుకోవాలి. సాయంత్రం ఆ వడియాలను ఒలిచి తీసి మరో రెండ్రోజులు విడిగా ఎండబెట్టి – తరువాత డబ్బాలో పోసుకోవాలి.

సాంబారుపొడి 5

కావాల్సిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	1 గ్లాసు
శెనగపప్పు	:	1 గ్లాసు
ధనియాలు	:	3 గ్లాసులు
మెంతులు	:	1/4 గ్లాసు
మిరియాలు	:	1 గ్లాసు
ఆవాలు	:	1/4 గ్లాసు
పసుపుకొమ్ములు	:	10
ఎండుమిర్చి	:	5 గ్లాసులు

తయారుచేయు విధానం :

వీటన్నిటినీ ఎండలో ఎండబెట్టి వేయించుకుని మెత్తని పొడి చేసుకుని, ఒక సీసాలో నిల్వవుంచుకుంటే ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు సాంబారు పెట్టుకోవచ్చు.

ఉలవచారు

కావలసిన పదార్థములు :

ఉలవలు	:	1/4 కిలో
చింతపండు	:	50 గ్రా.
నూనె	:	1/4 కప్పు
ఎండుమిర్చి	:	2 కాయలు
ఛాయి మినపప్పు	:	1/4 చెంచా
పచ్చి శనగపప్పు	:	1/4 చెంచా
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
జీలకర్ర	:	1/4 చెంచా
మెంతులు	:	గింజలు
వెల్లుల్లి	:	2 రెబ్బలు
ఉప్పు	:	సరిపడ
కారం	:	సరిపడ,
ఇంగువ	:	చిటికెడు
పంచదార	:	1/4 చెంచా

పొయ్యి దగ్గరకు వెళ్ళే ముందుగా రెడీ చేసుకోవలసినవి :

ముందుగా ఉలవలను శుభ్రపరచి వాటికి మూడింతలు నీరుపోసి ఉంచాలి. చింతపండును నీటిలో నానబెట్టాలి.

తయారు చేయు విధానం :

ముందుగా పొయ్యి వెలిగించి ఉలవలు ఉన్న గిన్నె పెట్టి బాగా మరిగించాలి. 1 $^{1}/_{2}$ వంతు నీరు మరిగాక ఆ నీటిని వేరే గిన్నెలోకి వడగట్టాలి. నానిన చింతపండును బాగా పిసికి రసం తీసి ఉలవలు వడగట్టిన నీటికి జత చేయాలి. వీటిని పొయ్యి మీద మరిగించాలి. ఈ మిశ్రమం ఉడుకుతున్నప్పుడు సరిపడ కారం, ఉప్పు వేసి మరగనివ్వాలి. బాండీ పెట్టి నూనె వేసి పచ్చిశనగపప్పు, మినపప్పు, ఆవాలు, జీలకర్ర, ఇంగువ, ఎండుమిర్చి వేసి వేపి దాంట్లో మరుగుతున్న ఉలవచారు పోసి గరిట జారుగా చిక్కగా అయ్యేంత వరకు ఉంచి పొయ్యి ఆర్పాలి. బాండీలోంచి చారు వేరే గిన్నెలోకి తీసి వేడి వేడి అన్నంలోకి సర్వ్ చేయాలి.

సాంబారు

కావల్సిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	1 గ్లాసు
చింతపండు	:	25 గ్రా
పసుపు	:	చిటికెడు
ఆవాలు	:	1 టీ స్పూన్
మెంతులు	:	1 టీ స్పూన్
సాంబారుపొడి	:	2టీ స్పూన్లు
ఉప్పు	:	2 టీ స్పూన్లు
పచ్చిమిర్చి	:	2
ఇంగువ	:	చిటికెడు
కొత్తిమీర	:	3 రెమ్మలు
కరివేపాకు	:	2 రెమ్మలు
టమోటాలు	:	2
బియ్యంపిండి	:	గుప్పెడు

తయారుచేయు విధానం :

నీళ్ళలో పసుపు వేసి కందిపప్పును ముందుగా ఉడకబెట్టుకోవాలి. చింతపండును కొంచెం నీళ్లలో వేసి నాననివ్వాలి. ఒక గిన్నెలో తాలింపుపెట్టి, నానబెట్టిన చింతపండు పిసికి రసం తీసుకుని అందులోపొయ్యండి. దానికి ఉడకబెట్టిన కందిపప్పు, సాంబారుపొడి, ఉప్పు కలపాలి. పచ్చివాసన పోయేదాకా ఉడకనిచ్చి దింపటానికి ఐదు నిమిషాలు ముందు కొత్తిమీర,కరివేపాకు, టమాటా వేసుకోవాలి. సాంబారు చిక్కబడటానికి బియ్యపు పిండిని చిన్న గిన్నెలోతీసుకుని అవన్నీ నీళ్ళుపోసి కలుపుకుని దాన్ని సాంబారులో పోసి గరిటెతోకలపాలి. చివరగా పచ్చిమిరపకాయలు రెంటిని నిలువుగా, చీలికలుగా తరిగి అందులో వేసి మూతపెడితే మంచి వాసన వస్తుంది. దీంట్లో కొబ్బరి కోరుకూడా వేసుకుంటే సాంబారు మరింత రుచిగా ఉంటుంది. 2 నిమిసాల తర్వాత సాంబారు, ఇడ్లీతో జతకట్టేయ్యవచ్చు.

టమోటా సాంబారు

కావలసిన పదార్థాలు :

పెద్ద టమోటాలు	:	6
ఉల్లిపాయలు	:	3
పచ్చిమిర్చి	:	2
పచ్చికొబ్బరి	:	చిన్నముక్క
ఉప్పు	:	సరిపడ
పసుపు	:	చిటికెడు
కందిపప్పు	:	1 చిన్న గ్లాసు
సాంబారుపొడి	:	2 1/2 స్పూన్లు
తరిగిన కొత్తిమీర	:	1 స్పూను
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు
సాంబారుపొడి		
ధనియాలు	:	100 గ్రా
జీలకర్ర	:	10 గ్రా॥
మిరియాలు	:	20 గ్రా
ఎండుమిర్చి	:	4

కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు
పచ్చిశెనగపప్పు	:	4 స్పూన్లు
మెంతులు	:	1 స్పూను

తయారుచేయువిధానం :

బాణలి స్టవ్‌మీద పెట్టి కాగాక పచ్చిశెనగపప్పు వేసి కొద్దిగా వేగనిచ్చి ధనియాలు వెయ్యాలి. అవి వేపుతూ మిరపకాయలు, మెంతులు వేసి అన్నిటిని దోరగా వేగాక,ఆరబెట్టిన కరివేపాకు వేసి వేపి దించి, చల్లార్చి జీలకర్ర చేర్చి మిక్సీలో వేసి పొడి చేసుకోవాలి. ఇది నిలువ ఉంచుకుని ఎప్పుడుకావాలంటే అప్పుడు ఈ సాంబారులో వేసుకోవాలి. టమోటాలు, ఉల్లిపాయలు, కొబ్బరిముక్కలు తరుక్కోవాలి. ఈ ముక్కలు అన్ని మిక్సీలో వేసి మెత్తగా గ్రైండ్ చేసుకుని గిన్నెలో పోసుకుని ఉప్పు, పసుపు వేసి ఉడకనివ్వాలి. మిక్సీజార్ కడిగి కాసిని నీళ్ళు పోసుకోవచ్చు. కందిపప్పుముందుగా కుక్కర్‌లో ఉడకబెట్టి ఉంచుకోవచ్చు. ఆ కందిపప్పు మెదిపి ఇందులో వేసుకోవాలి. సాంబారు మరిగేటప్పుడు కరివేపాకు, కొత్తిమీర, ఉప్పు, పచ్చిమిర్చి, సాంబారుపొడి వేసి కలిపిదించాలి.

మినపప్ప అప్పడాలు

కావలసిన పదార్థాలు

ఛాయమినపప్పు	:	కిలో
బియ్యంపిండి	:	పావుకిలో
ఆయిల్	:	200గ్రా॥
తినేసోడా	:	1లేక2 చెంచాలు
ఇంగువ పాలు	:	ఒక తులం
ఉప్పు	:	తగినంత
కారం	:	సరిపడా

తయారు చేయు విధానం

మినపప్పు మెత్తగా మరపట్టించి, జల్లించి, విశాలమైన పెద్ద పళ్లెంలో పోసి వుంచాలి. ఇందులో నానేసి పాలు తియ్యాలి. నీళ్లలో ఉప్పు నానేయాలి. కారం జల్లించి, మినప్పిండిలో కలుపుకోవాలి. ఇప్పుడు పిండి మధ్యలో గుంటలా చేసి – తినే సోడా, ఇంగువ పాలు, ఉప్పు నీళ్లు పోసి కలిపి ముద్ద చేయాలి. కాస్తంత

మంచినూనె వేసి పిండి ముద్దని మర్దించి – ఓ గిన్నెలో వుంచి మూతపెట్టాలి. ఈ ముద్ద కనీసం పండ్రెండు గంటల తక్కువ కాకుండా బాగా నానాలి. అనంతరం రోలు లోపలి బాగానికి, రోకలి చుట్టు పోలు దగ్గరా కాస్తంత నూనె రాసి పిండి ముద్ద బాగా దంచితే మృదువుగా అయ్యి కాస్తంత సాగడం ప్రారంభమవుతుంది. తరువాత రెండు చేతులకీ కాస్తంత నూనె రాసకుని– పిండిని పెద్ద ఉసిరికాయంత పాటి ఉండలుగా చేసి, ఓ గిన్నెలో వేసుకోవాలి. ఉండలు చేయడం పూర్తయ్యాక ఒక్కొక్క ఉండనీ అరచేతిలో గుండ్రని బిళ్లలా అదిమి అటు ఇటు కాస్తంత వరి పిండిలో వొత్తి – గతుకులు గట్రా లేని పీట మీద, వంకర టింకర్లు లేని అప్పడాల కర్రతో అప్పడాలు వత్తుకుని బాగా ఎండబెట్టి డబ్బాలో వేసుకోవాలి.

సొరకాయ సాంబారు

కావలిసిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	250 గ్రా
సొరకాయ	:	చిన్న ముక్క
క్యారెట్	:	1
చింతపండు	:	25 గ్రా॥
ఉల్లిపాయలు	:	4
పచ్చిమిర్చి	:	2
ములక్కాడలు	:	2
కారం	:	1/4 టీ స్పూన్
కొత్తిమీర	:	2 రెమ్మలు
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

కందిపప్పు ముందుగా కడుక్కుని, ఒకటికి రెండు పాళ్ళు నీళ్ళు పోసి ఉడకబెట్టు కోవాలి. సొరకాయ, క్యారెట్, ములక్కాడలు, ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి తరుక్కొని విడిగా ఉడకబెట్టాలి. చింతపండు ముందుగానే నానబెట్టి ఉంచుకుని పిసికి రసం తీసుకోవాలి. ఉడకబెట్టిన కందిపప్పును మెత్తగారుబ్బుకోవాలి. గరిటెతో మెదుపుకోవచ్చు. మిక్సీ ఉంటే మిక్సీలో వేసుకోవచ్చు. ఈ మూడింటిని కలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి ఉడికించాలి. మరుగుతున్నప్పుడు సాంబారు పొడి వెయ్యాలి. దించేసే ముందు ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసుకోవాలి. చివరగా తాలింపు పెట్టాలి. దించాక కొత్తిమీర వేసి మూతపెట్టాలి.

కొబ్బరి సాంబారు

కావలసిన పదార్థాలు :

కొబ్బరికాయ	:	1
టమోటాలు	:	6
ఉల్లిపాయలు	:	4
పచ్చిమిర్చి	:	2
చింతపండు	:	25 గ్రా||
కందిపప్పు	:	125 గ్రా||
పసుపు	:	చిటికెడు
ధనియాలు	:	4 స్పూన్లు
జీలకర్ర	:	2 స్పూన్లు
మిరియాలు	:	1 టీ స్పూను
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

టమోటాలు, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలుగా తరగాలి. కొబ్బరి ముక్కలు కోసుకోవాలి. చింతపండునానబెట్టి రసం తీసుకోవాలి. కొబ్బరిముక్కలు, ధనియాలు, జీలకర్ర, ఎండుమిర్చి, మిరియాలు, ముద్దగారుబ్బుకుని జల్లెడలో కాని గుడ్డలోకాని పిండుకోని గ్లాసు నీళ్ళు పోయాలి.మళ్ళీ ఆ ముద్దను రుబ్బుకుని అదే మాదిరిగా గ్లాసు నీళ్ళు పోసి కొబ్బరి పాలు తీసుకోవాలి. గిన్నెలో చింతపండు రసం పోసి టమోటా, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చిముక్కలు, పసుపు వేసి ఉడకనివ్వాలి. కందిపప్పు ముందుగా ఉడకబెట్టి మెదిపి ఉంచుకోవాలి. ముక్కలు ఉడికాక కందిపప్పు, కొబ్బరిపాలు, ఉప్పు వేసి బాగా మరగనివ్వాలి. చివరగా కరివేపాకు, ఇంగువ లో తాలింపు పెట్టుకోవాలి.

సగ్గుబియ్యం వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు

పచ్చిమిరపకాయలు	:	50గ్రా||
సగ్గుబియ్యం	:	ఒక గ్లాసుడు
జీలకర్ర	:	రెండు చెంచాలు

ఉప్పు	:	సరిపడినంత
నీళ్లు	:	ఆరు గ్లాసులు

తయారు చేయు విధానం

సగ్గుబియ్యాన్ని 2-3 గంటల సేపు నానబెట్టుకోవాలి. ఉప్పు, జీలకర్ర, పచ్చిమిరప కాయలు, మెత్తగా నూరుకోవాలి. నీళ్లు ఎసరు బెట్టి నానిన సగ్గుబియ్యం నందులో వేస్తూ కలుపుతూ ఉండాలి. నూరిన పచ్చిమిరపకాయ ముద్దని కూడా వేసెయ్యాలి. మెల్లగా మంట తగ్గిస్తూ సన్నని సెగ మీద ఉడికించాలి. సగ్గు బియ్యం బాగా ఉడికి జావలాగో, గంజిలాగో అవుతుంది. గింజ కనపడనే కనబడదు. అప్పుడు దింపుకుని ఏదైనా స్పూనుతో తడి గుడ్డ మీద నుంచి ఒలిచి తీసుకోవాలి. మర్నాడు కూడా ఎండలో ఉంచి గలగల్లాడేలా ఎండాక తీసి డబ్బాలో పోసుకోవాలి.

వెజిటబుల్ సాంబారు

కావాల్సిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	2 కప్పులు
చింతపండు	:	75 గ్రా
ఆనపకాయ	:	పావుముక్క
వంకాయలు	:	2
క్యారెట్	:	2
టమోటాలు	:	4
ఉల్లిపాయలు	:	6
పచ్చిమిర్చి	:	4
ములక్కాడలు	:	2
దోసకాయలు	:	6
ముల్లంగి	:	1
తరిగిన కొత్తిమీర	:	2టీ స్పూన్లు
కారం	:	పావు టీ స్పూను
వెల్లుల్లి	:	6 గర్భాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ
ఇంగువపొడి	:	చిటికెడు
సాంబారుపొడి	:	3 టీ స్పూన్లు

నీళ్ళు	:	2 లీటర్లు
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

కందిపప్పు శుభ్రంగా కడిగి నీళ్ళుపోసి ఉడకబెట్టుకోవాలి. కూరగాయలన్నీ కడుక్కొని ముక్కలు కోసి ఉడకబెట్టాలి. కుక్కర్‌లో అయితే పప్పు వేరే గిన్నెలో వేసి ముక్కలు వేరే గిన్నెలో వేసుకుని ఉడకబెట్టండి. కూరగాయలు ఇవే వేసుకోవాలని లేదు. వేరే వెరైటీ వేసే కొలదీ సాంబారు రుచి పెరుగుతుంది. చింతపండు నీళ్ళనానబెట్టుకుని రసం తీసి ఉంచాలి. ఉడకబెట్టిన కందిపప్పులో రెండు వెల్లుల్లి రెబ్బలు వేసి మిక్సీలో త్రిప్పుకోవాలి. గిన్నెలో నీళ్ళు మిక్సీ చేసిన కందిపప్పు కలిపి స్టవ్‌మీద పెట్టి మరగనివ్వాలి. పప్పు నీళ్ళు మరుగుతున్నప్పుడు ఉడకబెట్టిన కూరగాయముక్కలన్నీ అందులో వేసుకోవాలి. కాసేపు అయ్యాక చింతపండు రసం పోసి ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసి మరగనివ్వాలి. అలా మరుగుతున్న సాంబారుపొడి వేసాక 5 ని॥లు అయ్యాక కొత్తిమీర వేసి దించుకోవాలి. వెల్లుల్లి ఇంగువతో తాలింపు పెట్టుకోవాలి.

మినప్పొట్టు వడియాలు

చాలా ఈజీ – మినప్పొట్టు పారేయకుండ ఉంచాలి. ఓ చారెడు మినపప్పు వేరే నానెయ్యాలి. ఆ పప్పుఈ పొట్టు కలిపి బాగా రుబ్బు కోవాలి. అల్లం ముక్క, పచ్చి మిరపకాయలు, జీలకర్ర, ఉప్పు కలిపి మెత్తగా ముద్ద నూరుకోవాలి. ఈ పిండిలో కలుపుకోవాలి. వడియాలుగా పెట్టుకోవాలి. ఈ వడియాలు చూడటానికి కాస్త నలుపే కానీ టేస్ట్ మాత్రం భలే వుంటాయి.

అల్లంచారు

కావలసిన పదార్థాలు :

అల్లం	:	చిన్నముక్క
చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
జీలకర్ర	:	1 స్పూన్
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
నీళ్ళు	:	3 గ్లాసులు
పచ్చిమిర్చి	:	3

ఆవాలు	:	1 స్పూన్
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు
నూనె	:	2 స్పూన్లు
ఎండుమిర్చి	:	3
ఉప్పు	:	తగినంత
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

అల్లం మెత్తగా నూరుకోవాలి. చింతపండురసం తీసుకుని ఉంచాలి. పచ్చి మిర్చి,ఎండుమిర్చి,కొత్తిమీర ముక్కలు తరుక్కోవాలి. రసములో ఉప్పు, పసుపు, పచ్చి మిర్చి,కొత్తిమీర అల్లం ముద్ద వేసి పొయ్యి మీద పెట్టి బాగా మరగబెట్టి మూకిట్లో నూనెవేసి ఆవాలు, ఎండుమిర్చి జీలకర్ర వేసి చిటపటలాడ నిచ్చి తిరగమోతపెట్టి దించుకోవాలి.

ఆనపకాయ వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు

మినపప్పు	:	1/2కేజీ
పచ్చిమిర్చి	:	125గ్రా॥
ముదర ఆనపకాయ	:	ఒకటి

తయారు చేయు విధానము

ఈ రోజు సాయంత్రం మినపప్పు నానేసేకోవాలి. ఆనపకాయని మధ్యకి రెండుగా తరిగి లోపలుండే గుజ్జును తీసివేయాలి. గింజలు ఏరేయాలి.(గింజలు పారేయకండి పచ్చడి చేసుకోవడానికి దోసెలలోకి పనికి వస్తాయి)తక్కిన భాగాన్ని సన్న ముక్కలుగా తరిగి ఓ పల్చటి గుడ్డలో మూట గట్టి–ఆ మూట మీద ఏ రుబ్బు రోలుపాత్రనో బరువు వుంచాలి. రేపొద్దునకి ఆనపముక్కల్లో నీరు మొత్తం కారిపోతుంది. మినపప్పు బాగానాని ఉంటుంది. పొట్టంతా తీసివేసి మిగిలిని పప్పుని పల్చబడకుండా మెత్తగా రుబ్బాలి. పచ్చిమిరపకాయలు,ఉప్పుకలిపిముద్దగా నూరుకోవాలి. రుబ్బిన పిండిలో నీళ్ళు ఓడినఆనప ముక్కలు, పచ్చిమిర్చిముద్ద కలిపి ఏ పాలితిన్ పేపర్ మీదో వడియాల్లా పెట్టుకోవాలి. బాగా ఎండాక గుడ్డ నుంచి తీసి ఎండలో బాగా ఎండనిచ్చిడబ్బాలోకి ఎత్తుకోవాలి.

ఉలవచారు

కావలసిన పదార్థాలు :

ఉలవలు	:	1 కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	2
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
కర్వేపాకు	:	1 రెబ్బ
నూనె	:	2 స్పూన్‌లు
కారం	:	1 స్పూన్
పసుపు	:	చిటికెడు
చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
ఉప్పు	:	తగినంత
ఆవాలు, జీలకర్ర	:	1 స్పూను
ఎండుమిర్చి	:	2
వెల్లుల్లి	:	1 చిన్నపాయ

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా ఉలవలు నూనె లేకుండా వేయించి పొట్టు తీసుకని మెత్తగా ఉడికించుకోవాలి. చింతపండు రసం తీసి అందులో కారం, కొత్తిమీర, పసుపు, ఉప్పు, కర్వేపాకు, పచ్చిమిర్చి, ఉడికించిన పప్పు కలిపి బాగా మరగబెట్టాలి. మూకుట్లోనూనె వేసి ఎండుమిర్చి, వెల్లుల్లి, కర్వేపాకు, జీలకర్ర, ఆవాలు వేసి తిరగమోత పెట్టాలి. ఈ వులవచారు కమ్మగా చాలా రుచిగా ఉంటుంది.

చింతపండుచారు

కావలసిన పదార్థాలు:

చింతపండు	:	పెద్ద నిమ్మకాయంత
మెంతులు	:	1/2 స్పూన్
పసుపు	:	అర స్పూన్
ఉప్పు	:	తగినంత
కర్వేపాకు	:	2 రెబ్బలు
పచ్చిమిర్చి	:	3

కొత్తిమీర	:	3 రెబ్బలు
ఎండుమిర్చి, వెల్లుల్లి	:	3
తిరగమోతగింజలు	:	1 టేబుల్ స్పూన్
జీలకర్ర	:	1 టేబుల్ స్పూన్
ఉల్లిపాయ	:	1

తయారుచేయు విధానం :

ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు తరగాలి. చింతపండులో అరలీటరు నీరు పోసి చిక్కగా రసం తీయాలి. పచ్చిమిర్చి ముక్కలు కర్వేపాకు, ఉల్లిపాయ ముక్కలు, ఉప్పు, పసుపు,కారం అన్నీ చింతపండు రసంలో కలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి రెండు మూడుసార్లు పొంగనిచ్చి కిందకు దించండి. మూకుట్లో నూనె వేసి ఎండుమిర్చి, వెల్లుల్లి, కర్వేపాకు, జీలకర్ర, మెంతులు, తిరగమోతగింజలు వేసి ఎర్రగా వేగనిచ్చి పోపు పెట్టాలి.

నల్లేరువడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

నల్లేరు	:	పావుకిలో
మినప్పప్పు	:	1/2కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	50 గ్రా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

మినపప్పు రాత్రి నానబెట్టుకోవాలి. ఉదయాన పొట్టు తీసి మెత్తగా రుబ్బాలి. నల్లేరు శుభ్రంగా కడుక్కొని చిన్న ముక్కలు చేయాలి. నల్లేరు ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు మెత్తగా నూరి పిండిలో కలపాలి. పాలిథిన్ కవర్‌పై వడియాలు పెట్టి బాగా ఎండనిచ్చి వలిచి 2 రోజులు ఎండనిచ్చి నిల్వ చేసుకోవాలి. ఆరోగ్యానికి ఈ నల్లేరు వడియాలు ఎంతో మంచివి.

ధనియాల చారు

కావలసిన పదార్థాలు :

ధనియాలు	:	2 స్పూన్లు
చింతపండు	:	25 గ్రా॥

జీలకర్ర	:	1 టేబుల్ స్పూను
తిరగమోతగింజలు	:	1 టేబుల్ స్పూన్
పసుపు	:	చిటికెడు
కొత్తిమీర	:	3 రెబ్బలు
పచ్చిమిర్చి	:	3
ఎండుమిర్చి	:	2
ఇంగువ	:	చిన్న పలుకు
నూనె	:	3 స్పూన్స్
నీరు	:	1 లీటరు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

చింతపండులోనీళ్ళు వేసి గట్టిగా పిసికి రసం తీయాలి. ధనియాలు, జీలకర్ర, దోరగా వేయించి మెత్తగా పొడిచేసి కొత్తిమీర, పసుపు, ఉప్పు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు,కర్వేపాకు, పొయ్యి మీద పెట్టి బాగా మరిగిన తర్వాత క్రిందకి దించి మూకటిలో నూనె వేసి ఎండుమిర్చి, ఇంగువ వేగినాక మరిగిన చారు వేసి పోపు పెట్టుకోవాలి.

మిరియాల చారు

కావలసిన పదార్థాలు :

మిరియాలు	:	10
చింతపండు	:	25 గ్రా॥
కొత్తిమీర	:	ఒక చిన్న కట్ట
కర్వేపాకు	:	1 రెబ్బ
ఆవాలు, జీలకర్ర	:	1 స్పూన్
పసుపు, ఉప్పు	:	తగినంత
నీరు	:	అరలీటరు
ఎండుమిర్చి	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	2
నూనె	:	3 స్పూన్‌లు
వెల్లుల్లిరేకలు	:	2

తయారుచేయు విధానం :

అరలీటరు నీటిలో చింతపండు వేసి గట్టిగా పిసికి రసం తీయాలి. ఉప్పు, పసుపు, పచ్చిమిర్చిముక్కలు, కర్వేపాకు, మిరియాల పొడుం రసంలోకలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి బాగా మరగనివ్వాలి. మూకిట్లో నూనె వేసి ఎండిమిర్చి, వెల్లులి, ఆవాలు, జీలకర్ర,వేగినాక చారుపోసి పోపు పెట్టుకోవాలి.

సునాముఖి చారు

కావలసిన పదార్థాలు :

సునాముఖి ఆకు	:	1 కప్పు
తిరగమోత గింజలు	:	ఒక టేబుల్ స్పూన్
పసుపు	:	చిటికెడు
నీరు	:	2 లీటర్లు
కర్వేపాకు	:	2 రెబ్బలు
కొత్తిమీర	:	3 రెబ్బలు
ఎండుమిర్చి	:	1
వెల్లుల్లి	:	3 రేకలు
చింతపండు	:	25 గ్రా
నూనె	:	3 టేబుల్ స్పూన్లు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

సునాముఖి ఆకును నీటిలో వేసి బాగా మరిగించి రసం దిగినాక పిప్పి అంతాతీసేయండి. చింతపండురసం తీసి ఉప్పు, పసుపు, కర్వేపాకు, పచ్చిమిర్చి, కొత్తిమీర వేసి సునాముఖి ఆకు రసంలో వేసి బాగా మరగనీయాలి. మూకిట్లో నూనె వేసి తిరగమోత గింజలు, జీలకర్ర,వెల్లుల్లి, ఎండుమిర్చి ముక్కలు వేసి చారుపోసి పోపు పెట్టుకోవాలి.

పెసర అప్పడాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

పెసరపప్పు	:	1కిలో
చాయమినపప్పు	:	కిలో

నూనె	:	పావుకిలో
తినేసోడా	:	2 స్పూన్లు
ఇంగువ	:	చిన్నముక్క
ఉప్పు,కారం	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

పెసరపప్పు, మినప్పప్పు బాగుచేసుకుని, రాళ్ళేమీ లేకుండా ఏరుకుని మరపట్టించాలి. పిండి మెత్తగా ఉండేట్లు ఆడించి జల్లించుకోవాలి. ఇంగువ దంచి నీళ్ళలో వేసి కరగబెట్టి ఇంగువపాలు తీసుకోవాలి. ఇప్పుడు ఒక వెడల్పాటి పళ్ళెం తీసుకుని అందులో మరపట్టిన పిండి పోసి మధ్యలో గుంట చేసి సోడా, ఇంగువపాలు, కారం వేసుకోవాలి. అలాగే ఉప్పును కాసిని నీళ్ళలోకలిపి ఉప్పునీళ్ళు తయారుచేసుకుని పిండిలో పోసి బాగా కలపాలి.నల్లేరురసం దొరికితే అప్పడాలు గుల్లగా వస్తాయి. ఆకుకూరలు అమ్మేవాళ్ళని అడిగితే తెచ్చి పెడతారు. నల్లేరుతెచ్చి శుభ్రంగా కడిగిరోట్లో వేసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఈ రుబ్బిన ముద్దను బట్టలో వేసి పిండుకుంటే నల్లేరు రసం వస్తుంది. ఈ రసం కూడా ఒక అరకప్పు పిండిలో పోసి కలుపుకోవాలి. పిండిముద్ద చేసుకోవడంలో మన నేర్పు, ఓర్పు బయటపడుతుంది. పిండిని పలుచగా కాకుండా గట్టిగా ముద్ద చేసుకోవాలి. చేతికి కాస్త నూనె రాసుకుని పిండి ముద్దని 2, 3సార్లు మర్ధన చెయ్యాలి. తర్వాత గిన్నెలో వేసి మూత పెట్టాలి. ఎంత ఎక్కువ నాననిస్తే అంత మంచిది. ఒకరోజు నాననిస్తే మరీ మంచిది. 10 గంటలపాటు నాననివ్వాలి. తర్వాత రోటికి, బండకి నూనె రాసి కనీసం గంటసేపు ఈ పిండి ముద్ద వేసి దంచాలి. అలా దంచటం వలన పిండి జిగురు తేలి అప్పడాలు సాగి పలుచగా వస్తాయి. రెండు చేతులకు నూనె రాసుకుని ఉసిరికాయ సైజులో గుండ్రంగా ఉండలు చేసుకోవాలి. ఈ వుండలకు గాలి తగిలి ఆరిపోకుండా గిన్నెలో వేసి మూతపెట్టాలి.

ఒక్కొక్క వుండను బియ్యం పిండిలో ముంచుతూ పలుచగా అప్పడాలు వత్తాలి. అప్పడం అంతా ఒకే మందంతో ఉండేట్లు వత్తుకోవాలి. ఈ అప్పడాలని బట్టమీద విడి విడిగా ఆరబెట్టాలి. మరీ ఎర్రటి ఎండలో కాకుండా ఎండవారతో ఆరనిచ్చి. బాగా ఎండాక దొంతరలుగా గట్టిమూత వున్న డబ్బాలో పెట్టుకుంటే రెండు సం॥లు నిలువ వుంటాయి. కారం సీమమిరపకాయలు వాడితే బాగుంటుంది. మామూలు మిరపకాయలు కంటే ఇవి కారం ఎక్కువ. కాబట్టి చూసుకుని వేసుకోవాలి. అప్పడాలు ఎండలో డైరక్ట్‌గా ఆరబెడితే వంగిపోవడం, ముక్కలవటం జరుగుతుంది. కాబట్టి అప్పడాలు చేసుకునేటప్పుడు ఇవి గుర్తు పెట్టుకోవాలి. పప్పులు కూడా

మరపట్టించు కునే బదులు ఇంట్లో చేసుకుంటే అప్పడాలు బాగా వస్తాయి. కానీ ఈ కాలం అంత టైమ్ స్పెండ్ చెయ్యలేమంటారు. ఓపిక లేదంటారు. ఇలాంటి వాటికి కాస్త కష్టపడాలి మరి. ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు బాణలిలో నూనె వేసి కాగాక ఈ అప్పడాలు వేసి, వేగాక నూనె వోడ్చి డబ్బాలో వేసుకోవాలి. ఇవి గట్టి మూత ఉన్న డబ్బాలో వేసుకోకపోతే మెత్తపడిపోతాయి. వీటిని పొయ్యి మీద సన్న సెగలో రెండువైపులా కాల్చుకుని నెయ్యి రెండువైపులా రాసుకునికూడా భోజనాలలో వడ్డించుకోవచ్చు.

మినప అప్పడాలు

కావలసిన పదార్థాలు:

చాయమినప్పప్పు	:	1 కిలో
బియ్యంపిండి	:	పావుకిలో
ఇంగువ	:	10 గ్రా॥
నూనె	:	200 గ్రా॥
తినేసోడా	:	1 స్పూను
ఉప్పు,కారం	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

మినపప్పు రాళ్ళు లేకుండా ఏరుకోవాలి. ఈ మినప్పప్పు కొనేటప్పుడు కొత్త మినపప్పు అడిగి కొనుక్కోవాలి. అప్పుడే అప్పడాలు బాగా వస్తాయి. మినప్పప్పును మరపట్టించాలి. పిండి మెత్తగా రావాలి. బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి గంట నానబెట్టి నీరు వోడ్చి దంచుకుని జల్లించుకోవాలి. ఇంగువ నానబెట్టుకుని బట్టలోవేసి పిండి ఇంగువపాలు తీసుకుని ఉప్పు నీళ్ళలో కలిపి ఉంచాలి. వెడల్పాటి పళ్ళెంలో మినప్పిండి పోసుకుని మధ్యలో గుంట చేసి సోడా ఉప్పునీళ్ళు, ఇంగువపాలు పోసి బాగా కలిపి ముద్ద చేసుకోవాలి. మంచి నూనె కొద్దిగా వేసి బాగా మర్ధన చేసి గిన్నెలో ఉంచి మూత పెట్టాలి. ఈ ముద్దను 12 గంటలపాటు నాననివ్వండి. నానాక రోట్లో వేసి దంచుకోవాలి రోటికీ, రోకలికీ నూనె రాసుకోవడం మరచిపోవద్దు. అలా గంటసేపు దంచాలి. దంచడం కష్టమని బద్దకించారు అంటే అప్పడాలు సరిగారావు. ఎంత బాగా దంచితే అంత బాగా వస్తాయి. తర్వాత రెండు చేతులకి నూనెరాసుకుని ముద్దను మర్దనా చేసి ఉసిరికాయంత ఉండలు చేసుకుని గుండ్రంగా వత్తుకోవాలి. మిగతా వుండలు ఆరిపోకుండా గిన్నెలోనే ఉంచి మూతపెట్టి ఒక్కొక్కటీ తీసుకుంటూ ఉండాలి.

బియ్యప్పిండి రడీ చేసుకున్నాంగా అందులో ముంచి వత్తుకోవాలి. పలుచగా ఒకే మందంగా అప్పడాలువత్తాలి. ఈ అప్పడాలను బట్టపైన విడి విడిగా ఎండవారన ఆరబెట్టాలి. బాగా ఎండనిచ్చి డబ్బాలోపెట్టుకోవాలి.

మద్రాసు అప్పడాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

చాయమినపప్పు	:	1 కిలో
బియ్యం	:	పావుకిలో
జీలకర్ర	:	2 స్పూన్లు
కొత్తసున్నం	:	1 స్పూను
ఇంగువ	:	చిన్న ముక్క
నల్లేరు	:	కొద్దిగా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

చాయమినపప్పులో రాళ్ళు ఏమైనా ఉన్నాయేమో ఒకసారి చూసుకుని రెండుసార్లు నీళ్ళతో శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. నీళ్లు వోడ్చి ఎండబెట్టాలి. బాగా ఎండాక మరపట్టించాలి. పిండి మెత్తగా ఉండాలి. బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి ఆరబెట్టి పిండి కొట్టుకోవాలి. ఈ పిండికూడా జల్లించుకోవాలి. ఉప్పు నీళ్ళలో పోసి నానబెట్టాలి. ఇంగువ నానబెట్టి ఇంగువపాలు తీసుకోవాలి. జీలకర్రపొడి చేసుకోవాలి. నల్లేరు రుబ్బుకొని బట్టతో వడకట్టి రసం తీయాలి. వెడల్పాటి పళ్ళెంలో మినప్పిండి పోసుకుని మధ్యలో గుంటచేసి ఇంగువపాలు, జీలకర్రపొడి, సున్నపుతేట, నల్లేరు రసం కొద్దిగా పోసి పొడి పొడిగాకలుపుకోవాలి. తర్వాత కొబ్బరి నూనె చేతికి రాసుకుని నల్లేరు రసం పోస్తూ కలుపుకుని ముద్ద చేసుకోవాలి.

ఈ ముద్దను రెండు మూడు గంటలు నాననిచ్చి రోట్లో వేసి దంచాక అలా గంటసేపు దంచితే పిండి మృదువుగా అవుతుంది. ఈ ముద్దను చిన్న చిన్నవుండలుగా చేసి నీళ్లు పిండి తడి బట్టను కప్పి ఒక్కో ఉండను తీసుకుని బియ్యంప్పిండిలో పొర్లించి గుండ్రంగా అప్పడాలు వత్తుకోవాలి. ఈ ముద్ద వారం రోజులు నిల్వ వుంటుంది. కాబట్టి రోజుకు అన్ని అప్పడాలు అని లెక్కగా చేసుకోవచ్చు. అప్పడాలు ఎండ వారన ఆరబెట్టి బాగా ఎండాక డబ్బాలో దాచుకోవచ్చు.

బియ్యపు పిండి అప్పడాలు

కావలసిన పదార్థాలు

బియ్యం	:	అరకిలో
వరిపిండి	:	పావుకిలో
పచ్చిమిరపకాయలు	:	100గ్రా॥
నిమ్మకాయలు	:	నాలుగు
ఇంగువ ముక్క	:	ఒకటి

తయారు చేయు విధానం

బియ్యం శుభ్రపరిచి–నీళ్లు ఎసరుబెట్టి ఎసరు మరుగుతుండగా, బియ్యం పోసి అయిదంటే అయిదు నిమిషాలుంచి దింపెయ్యాలి. దింపిన బియ్యం చిల్లుల బుట్టలో పడేసి వాడేసుకోవాలి. మొత్తం నీరు దిగిపోయిన తరువాత– మూకుట్లో వేసి బియ్యం గుల్లయ్యేలా వేయించాలి. ఆ బియ్యాన్ని తిరగలిలో వేసి మెత్తగా పిండిలా విసురుకోవాలి. దాన్ని జల్లించుకోవాలి. మొరుం తీసేసి మెత్తని పిండిని విశాలమైన పెద్ద పళ్లెంలో పోసుకోవాలి. నిమ్మకాయలు కోసి రసం పిండి గింజలు అవీలేకుండా పెట్టుకోవాలి. ఉప్పు, పచ్చి మిరపకాయలు కలిపి మెత్తగా నూరి, పల్చటి బట్టలో వడగట్టి రసం పిండి పెట్టుకోవాలి. ఇంగువ ముక్క నానపెట్టి పాలు పిండాలి. పళ్లెంలోని బియ్యపు పిండిలో నిమ్మరసం, పచ్చిమిరపకాయ, ఇంగువ పాలు పోసి కలిపి, కాసిని నీళ్లు కూడా పోసి గట్టిగా కలుపుకోవాలి. 2,3 గంటల పాటు నానిన తరువాత పిండిని బాగా మర్దించి –చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసి అప్పడాలు ఒత్తుకుని ఎండబెట్టి జాగ్రత్త పెట్టుకోవాలి.

బియ్యప్పిండి అప్పడాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

బియ్యం	:	పావుకిలో
బియ్యప్పిండి	:	1/4 కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	50 గ్రా॥
ఇంగువ	:	చిన్నముక్క
నిమ్మకాయలు	:	2
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయువిధానం :

బియ్యంలో రాళ్ళు ఉంటే ఏరుకుని చెరుక్కోవాలి. గిన్నెలో నీళ్లు పోసి బాగా మరగనిచ్చి ఈ బియ్యం పొయ్యాలి. 5ని॥లు వుంచి క్రిందకు దించుకుని నీళ్ళు వోడ్చుకోవాలి. నీరు పూర్తిగా వోడాక బాణలిలో కొద్ది కొద్దిగా బియ్యం పోసి వేయించాలి. తర్వాత ఆ పిండిని విసిరి జల్లించుకోవాలి. పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు కలిపి మెత్తగా నూరుకుని బట్టలో వేసి పిండి రసం తీసుకోవాలి. ఇంగువ నీటిలో కరగబెట్టి ఇంగువపాలు చేయాలి. ఉప్పు నీటిలో నానబెట్టి ఉప్పు నీరు చేసుకోవాలి. బియ్యం మెత్తగా మరపట్టించాలి. బియ్యం పిండిని జల్లించుకోవాలి. ఇది వత్తేందుకన్నమాట. విసిరి జల్లించుకున్న బియ్యంప్పిండి వెడల్పాటి పళ్ళెంలో పోసుకుని పచ్చిమిర్చి రసం, ఇంగువపాలు, ఉప్పునీళ్ళు, నిమ్మకాయరసం వడకట్టిఆ రసం కూడా పోసి గట్టిగా ముద్ద చేసుకోవాలి. మూడుగంటలు మూతపెట్టి ఉంచాలి. పిండి నానాకచేతికి నూనె రాసుకుని ఒక అరగంట మర్దన చెయ్యాలి. తర్వాత పెద్ద గోళీ అంత ఉండలు చేసుకుని అప్పడాలు చేసుకోవాలి.

బియ్యంప్పిండి కాబట్టి జిగురురాకపోతే బెండకాయ పచ్చిమిర్చిలోవేసి రుబ్బుకోవాలి. ఎపుడు కావాలంటే అపుడు ఇలా పావుకిలోచొప్పున బియ్యప్పిండి వడియాలు చేసుకోవాలి. సుమారుగా ఈపిండికి 80 అప్పడాలు వస్తాయి.

మినప వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

మినపప్పు	:	1 కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	100 గ్రా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

మినపప్పు రాత్రేనానబెట్టాలి. ఉదయాన శుభ్రంగా కడిగి పొట్టు తీసి చిల్లుల గిన్నెలోవేసి నీళ్లు ఓడ్చాలి. పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు దంచుకోవాలి. పప్పు గారెల పిండిలా మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఈ రుబ్బిన పిండిలో పచ్చిమిర్చి కారం కలపాలి. పాలిథిన్ పేపర్ మిద కానీ తడిబట్టమీద కాని ఈ పిండినిచిన్న చిన్న వడియాలుగా పెట్టుకోవాలి. సాయంత్రందాకా ఎండబెట్టాలి. అపుడు వలిస్తే వచ్చేస్తాయి. వీటిని ఒక పళ్ళెంలో పోసుకుని మరో2 రోజులుఎండబెట్టాలి. బాగా ఎండనిచ్చిడబ్బాలోపోసినిల్వ చేసుకోవాలి.

బియ్యంపిండి వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు

బియ్యం	:	కిలో
నూపప్పు	:	100గ్రా॥
పచ్చిమిరపకాయలు	:	50గ్రా॥
జీలకర్ర	:	25గ్రా॥
నీళ్ళు	:	ఆరు లీటర్లు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారు చేయు విధానం

బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి, ఆరబోసి ఆరిన తరువాత మెత్తగా పిండి కొట్టి ఒక లీటరు నీళ్లలో కలిపి, గరిట జారుగా చేసుకోవాలి. మిగిలిన నీళ్లని ఎసరు వెయ్యాలి. నూపప్పును దోరగా వేయించుకోవాలి. పచ్చిమిర్చి, జీలకర్ర మెత్తగానూరుకోవాలి. ఎసరు మరిగాక ఒక చేత్తో ఎసరు కలుపుతూ – మరో చేత్తో కలిపి వుంచిన బియ్యం పిండిని అందులో పోయాలి. నూపప్పులు మిర్చి జీలకర్రముద్దా కూడా వేసి కలిపి అది ఉడికి గట్టి పడిన తర్వాత దింపుకుని ఒక పలుచటి తడిబట్ట మీద వడియాలుగా పెట్టుకోవాలి. వేడి మీదే పెట్టాలి. చల్లారితే పిండి బాగా గట్టిపడి పోతుంది. అప్పుడు ఏ జంతికల గొట్టంలాంటిదో ఉపయోగించి – చక్రాల్లా పెట్టుకోవలసి ఉంటుంది. ఎలా పెట్టినా రెండు మూడు రోజుల పాటు బాగా ఎండనిచ్చి గుడ్డమీంచి ఒలిచి – వేరే ఏ పేపరు మీదనో తిరగేసి పెట్టి, మరో రెండు రోజుల ఎండలో వుంచి తీసి జాగ్రత్త చేసుకోవాలి.

సొర ఆనపకాయ వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

ముదురు ఆనపకాయ	:	1
మినపప్పు	:	అరకిలో
పచ్చిమిర్చి	:	100 గ్రా॥
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

ఆనపకాయ తొక్కు తీయకుండా మధ్యకు కోసి అందులో గుజ్జు తీసేయాలి. గింజలు తీసి ప్రక్కన పెట్టాలి. ఆనపకాయలు చిన్న ముక్కలుగా తరిగి ఉప్పు రాసి ఉంచండి. మినపప్పు ఉదయాన పొట్టు తీసి శుభ్రంగా కడిగి మెత్తగా రుబ్బాలి. పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు మెత్తగా నూరాలి. ఉప్పు కలిపిన ముక్కలలో నీరు వోడ్చి గట్టిగా పిండి రుబ్బిన పిండిలో కలపాలి. పచ్చిమిర్చి ముద్ద ప్రక్కనపెట్టి ఆనపగింజలు కూడా కలిపి చిన్న చిన్న వడియాలుగా పాలిథిన్ కవర్‌మీద పెట్టుకోవాలి. బాగా ఎండబెట్టి వలిచి రెండురోజులు ఎండనిచ్చి డబ్బాలో నిల్వ చేసుకోండి.

ఆనపకోరుతో వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

ముదురు ఆనపకాయ	:	1
మినప్పప్పు	:	1/4 కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	50 గ్రా॥
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

ఆనపకాయ సగానికి కోసి గుజ్జు, గింజలు తీసికోరంతో కోరుకోవాలి. మినప్పప్పు రాత్రంతా నానబెట్టుకోవాలి. ఈ కోరిన కోరుకు ఉప్పురాసి పిసికి ప్రక్కన ఉంచండి. ఉదయాన మినప్పప్పు పొట్టుతీసి నీళ్ళు పోసుకోకుండా గట్టిగా రుబ్బుకోవాలి. పచ్చిమిర్చి ఉప్పు, మెత్తగా నూరాలి. కోరు గట్టిగా పిండి రుబ్బిన పిండిలో కలపాలి. పచ్చిమిర్చి ముద్ద కూడా వేసి కలిపి చిన్న చిన్న వడియాలుగా పాలిథిన్ కవర్ మీద పెట్టుకోవాలి. బాగా ఎండనిచ్చి వడియాలు వలుచుకుని, మళ్ళీ 2 రోజులు బాగా ఎండనిచ్చి డబ్బాలో నిల్వ చేసుకోవాలి.

బియ్యం రవ్వతో వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు:

బియ్యం రవ్వ	:	కిలో
పచ్చిమిరపకాయుల	:	100గ్రా॥
జీలకర్ర	:	రెండు చెంచాలు
అల్లం ముక్క	:	చిన్నది

నీళ్ళు	:	సరిపడా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారు చేయు విధానం

బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి, ఆరబెట్టి, సన్న రవ్వగా మర పట్టించి జల్లించుకోవాలి. నీళ్ళు ఎసరుబెట్టాలి. ఈ లోపల అల్లం, పచ్చిమిర్చి, జీలకర్ర, ఉప్పు కలిపి మెత్తగా నూరి మరుగుతున్న ఎసట్లో వేయాలి. రవ్వ పోస్తూ కలుపుతూ ఉండాలి. గట్టిపడ్డాక దింపుకుని ఏ తడిగుడ్డ మీదనో వడియాలుగా పెట్టుకోవాలి. ఎండబెట్టి, వలిచి, విడిగా రెండు రోజులు ఎండలో వుంచి జాగ్రత్త చేసుకోవాలి.

పచ్చిపులుసు

కావలసిన పదార్థాలు :

చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
బెల్లం	:	నిమ్మకాయంత
ఉల్లిపాయ	:	1
పచ్చిమిరపకాయలు	:	2
కరివేపాకు	:	1 రెమ్మ
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

చింతపండు కడిగి పులుసు అంత చిక్కగా కాకుండా పలుచగా కాకుండా పిసికి ఒక గిన్నెలో పోసుకోవాలి. పచ్చిమిర్చి పొయ్యిలో కాల్చి దీనిలో బాగా చితిపి వేయాలి. ఉల్లిపాయ చిన్న ముక్కలు వేసి వేసి బెల్లం కూడా మెత్తగా చితిపి ఉప్పు కూడా వేసి ఉప్పు బెల్లం కరిగేలా బాగా చితిపి వేసుకోవాలి.

ఉలవచారు

కావలసిన పదార్థాలు :

చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
ఉలవనీళ్ళు	:	1 శేరు
టమాటాలు	:	3
ములక్కాయ	:	1
పచ్చిమిర్చి	:	3

ఉల్లిపాయ	:	1
కరివేపాకు	:	4 రెబ్బలు
కారం	:	1 స్పూన్
నూనె	:	2 టేబుల్ స్పూన్‌లు
తాలింపుగింజలు	:	1 టేబుల్ స్పూన్
బెల్లం	:	కొద్దిగా (మీకు ఇష్టమైతే)

తయారుచేయు విధానం :

ఈ నీళ్ళు మనకు ఉలవలు ఉడికించుకుంటే బాగా రావు. సాధారణంగా ఈ ఉలవలు జంతువుల కొరకు ఉడకబెడతారు. వాటిని మట్టి కుండలోపోసి కడిగి నీరు పోసి ఒక గుంట తవ్వి అందులోనిప్పులోవేసి ఈ కుండ పెట్టి దాని చుట్టూ గడ్డి పెడితే సాయంత్రంకి నెమ్మదిగా మెత్తగా ఉడుకుతాయి. ఈ నీళ్ళను తీసుకువచ్చి పొయ్యిమీద పెట్టి చింతపండు పులుసుచిక్కగా పిసికి పోసి (లేకపోతే చింతపండు వెయ్యవచ్చు) టమేటో ఉల్లి ఇవి అన్నీ ముక్కలు చేసి వేసి ఉప్పు, కారం బెల్లం వేసుకోవాలి. కొంతమంది దీనిని హల్వా ముక్కల మాదిరిగా మరిగించుకుంటారు.

పెసరపప్ప-నిమ్మకాయ చారు

కావలసిన పదార్థాలు :

పెసరపప్పు	:	1 గ్లాసు
నిమ్మకాయలు	:	2
ఉప్పు	:	సరిపడ
పచ్చిమిర్చి	:	4
నూనె	:	గరిట
ఉల్లిపాయ	:	1
పోపుసామాను	:	కొద్దిగా
కర్వేపాకు	:	2 రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం :

పెసరపప్పు శుభ్రంగా కడిగి పొయ్యి మీద పెట్టండి. ఇది కొంచెం ఉడికిన తరువాత, ఉల్లి, మిర్చి వేసి కాసేపు ఉడకనివ్వండి. తరువాత ఉప్పు వేసి గరిటతో కలియబెట్టి పోపు వేసుకోవాలి. ఇది చల్లారిన తరువాత నిమ్మకాయరసం పిండి కలియబెట్టండి. ఇలాగే కందిపప్పుతో కూడా చేసుకోవచ్చు.

పెసరపప్పు చారు

కావాల్సిన పదార్థాలు :

పెసరపప్పు	:	1 కప్పు
చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
ఉప్పు	:	సరిపడ
టమాటాలు	:	2
ఉల్లిపాయ	:	1
పచ్చిమిర్చి	:	4
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు
పోపుసామాను	:	1 టేబుల్ స్పూన్
నూనె	:	గరిటెడు

తయారుచేయు విధానం :

చింతపండు నానబెట్టుకోవాలి. పప్పు మెత్తగా ఉడికిన తరువాత గరిటెతో నొక్కి త్రిప్పండి. పప్పు మెత్తగా పేస్టులాగా అయిపోతుంది. దీనిలో ఉల్లిపాయ ముక్కలు (చీలికలుగా) కోసి టమాటా ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి చీలికలు చేసినవి, ఉప్పు, కారం, కరివేపాకు వేసి బాగా మరిగించి పోపు వేసి మరగనిచ్చి వాడుకోవాలి. వేసవికాలం పెసరపప్పుచారుచేసుకుంటే చలువచేస్తుంది.

నిమ్మకాయ చారు

కావాల్సిన పదార్థాలు :

నిమ్మకాయలు	:	2
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	తాలింపుకు సరిపడ
చారుపొడి	:	2 టీ స్పూన్లు
పచ్చిమిర్చి	:	2
పోపుసామాను	:	కొద్దిగా
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం :

పొయ్యి మీద గిన్నె పెట్టి నూనె వేసి కాగిన తరువాత పోపు వేయండి. తరువాత సరిపడా నీళ్ళు పోయండి. ఉప్పు, చారుపొడి, బెల్లం వేసి బాగా మరగనీయండి. ఉంటే కొత్తిమీర కూడా వేసుకోవచ్చు. ఇవి చల్లారిన తరువాత నిమ్మకాయ రసం తీసి పులుసు సరిపడా పోయండి. వేడి మిద నిమ్మకాయ పిండితే చారుచేదెక్కుతుంది.

పప్పనీళ్లతోచారు

కావలసిన పదార్థాలు :

పప్పునీళ్ళు	:	1 గ్లాసు
పచ్చిమిర్చి	:	2
చారుపొడి	:	1 స్పూన్
చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
బెల్లం	:	కొంచెం
నూనె	:	2 స్పూన్లు
పోపుసామాను	:	2 స్పూన్లు
ఉప్పు	:	సరిపడా
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం :

మనము పప్పు వండుకునేటప్పుడు (కంది, పెసర, శనగ) ఒక్కోసారి నీళ్ళెక్కువవుతాయి. ఆ నీళ్ళన్నీ వేరే గిన్నెలోకి వంచి చింతపండు, కరివేపాకు ఉప్పు, చారుపొడి కొంచెం బెల్లం వేసి కాస్త మరగబెట్టండి. ఇవి బాగా మరిగాక పోపు వేసి మిర్చి కూడా వేసి చారులో కలపండి. కావలసిన వారు టమాటా కూడా వేసుకోవచ్చు.

రసం - 2

ఈ రసం కొంచెం ఘాటుగా ఉంటుంది.

రసం 1లో చెప్పినవి

కావలసిన పదార్థములు :

మసాల ముద్దకి :

అల్లం	:	1/2 అంగుళం ముక్క
వెల్లుల్లి	:	3 గర్భాలు
టమోటా	:	పెద్దది ఒకటి (పండినది)
కొబ్బరి	:	రెండు అంగుళాల ముక్క

రసంలోకి :

చారు పొడి	:	2 చెంచాలు
పంచదార	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
పసుపు	:	చిటికెడు
కరివేపాకు	:	1 రెమ్మ ఆకులు
కొత్తిమీర	:	1 చెంచా తరుగు

పోపుకి :

నూనె	:	1 చెంచా
ఛాయి మినపప్పు	:	1/2 చెంచా
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
జీలకర్ర	:	1/4 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
ఎండుమిర్చి	:	1
కరివేపాకు	:	3 ఆకులు

పొయ్యి దగ్గరకి వెళ్ళే ముందు రెడీ చేసుకోవలసినవి :

ముందుగా అల్లం, వెల్లుల్లి, కొబ్బరి, మిర్చి, నానపెట్టిన చింతపండు, టమోటా ముక్కలు వేసి మెత్తగా మిక్సీ వేసుకుని ఆ ముద్దను గిన్నెలో వేయాలి. దానికి ఉప్పు, పసుపు, చారుపొడి, పంచదార, 1/2 అంగుళం క్రింద వరకు నీళ్ళు పోసి ఉంచాలి.

తయారీ విధానము :

పొయ్యి వెలిగించి గిన్నె పెట్టి పెద్ద మంట మీద మరిగించాలి. నీళ్ళు బుడగలు వచ్చి పొంగుతున్నప్పుడు మంట చిన్నది చేసి కొత్తిమీర, కరివేపాకు వేసి మరిగించాలి. పది నిమిషాలు మరిగించి దించాలి. బాండీ పెట్టి 1 చెంచా నూనె పోసి మినపప్పు, ఆవాలు, జీర, ఇంగువ, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు వేసి వేపి రసంలో కలిపి వెంటనే మూత పెట్టాలి.

సాంబారు

కావలసిన పదార్థములు :

కందిపప్పు	:	3/4 డబ్బా
చింతపండు	:	2 నిమ్మకాయలంత (పెద్దవి)
టమాటా	:	1
బంగాళదుంప	:	1
ములక్కాడ	:	1
ఉల్లిపాయలు	:	2
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
బెల్లం	:	నలుచదరపు ముక్కలో సగం
కారం	:	1 చెంచా
పసుపు	:	1/4 చెంచా
నూనె	:	3 చెంచాలు
ఛాయి మినపప్పు	:	1 చెంచా
ఆవాలు	:	1/2 చెంచా
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
వెల్లుల్లి	:	2 గర్భాలు
ఆర్.కె. సాంబారు పొడి	:	1 1/2 చెంచా
కరివేపాకు, కొత్తిమీర	:	కొంచెం
ఎండుమిర్చి	:	2

కొబ్బరితురుము : 2 చెంచాలు

పొయ్యి దగ్గరకి వెళ్ళేముందు రెడీ చేసుకోవలసినవి :

టమాటా, ఉల్లి, బంగాళదుంపలను చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసి డిష్‌లో వెయ్యాలి. వాటికి ములక్కాడ ముక్కలు, పచ్చిమిర్చిని పొడవుగా కట్ చేసినవి జత చేయాలి. కందిపప్పును 1 డబ్బా అన్నం ఉడికే గిన్నెలో పోసి శుభ్రంగా కడిగి సరిపడ నీరు పోసుకోవాలి. ఒక చిన్న గిన్నెలో నీళ్ళు పోసి చింతపండును పెట్టాలి.

తయారీ విధానము :

ముందుగా కుక్కర్లో గ్లాసు నీరు పోసి పప్పు గిన్నె, కూరముక్కల గిన్నె పెట్టి మూతపెట్టి వెయిట్ పెట్టి పొయ్యి మీద పెట్టి పొయ్యి వెలిగించాలి. 5 విజిల్స్ వచ్చిన తరువాత రెండు నిమిషాలు సిమ్‌లో పెట్టి పొయ్యి ఆర్పాలి. ఇప్పుడు చింతపండుని బాగా పిసికి నీళ్ళు పోసి చింతపండు తొక్కు రాకుండా ఆ రసాన్ని పెద్ద గిన్నెలో పోసుకోవాలి. ఆ రసం రుచి ఒక మాదిరి పులుపులో ఉండేలా నీళ్ళు కలుపుకోవాలి. దీంట్లో ఉప్పు (సుమారు 2 1/2 చెంచా), పసుపు, కారం, బెల్లం, వేసి పొయ్యి మీద పెట్టాలి. ఈ రసం మరుగుతున్నప్పుడు కుక్కర్ వెయిట్ తీసి రెండు గిన్నెలు బయటికి తీసి ముక్కలు రసంలో వెయ్యాలి. పప్పును బాగా ఎనిపి మెత్తగా చేసి దానిని కూడా రసంలో కలిపి బాగా కలియబెట్టి చిన్నమంట మీద మరిగించాలి. పావుగంట మరిగించిన తరువాత ఉప్పు సరి చూసుకొని కొత్తిమీర, సాంబారు పొడి, కొబ్బరి తురుము వేసి బాగా కలిపి 5 నిమిషాలు ఉడికించి దించాలి. పొయ్యి మీద బాండీ పెట్టి నూనెపోసి కాగిన తరువాత ఛాయి మినపప్పు, ఆవాలు, జీలకర్ర, ఇంగువ, మిర్చి, వెల్లుల్లి చిదిపినవి, కరివేపాకు వేసి వేపాలి. వేగిన పోపును సాంబారులో కలిపి వెంటనే మూతపెట్టాలి.

ఈ సాంబారు ఎక్కువ పని లేకుండా తొందరగా తయారవటమే కాక రుచి కూడా చాలా బాగుంటుంది.

కొబ్బరి కారం

కావలసిన పదార్ధములు :

ఎండుకొబ్బరి : 2 చిప్పలు

లేదా ఎండుకొబ్బరిపొడి బజారులో అమ్ముతారు అది వాడితే ఇంకా తేలికగా చేసుకోవచ్చు.

ఎండుకొబ్బరి పొడి : 3 కప్పులు

ఎండు మిర్చి	:	పది
జీలకర్ర	:	4 చెంచాలు
ధనియాలు	:	1/4 కప్పు
వెల్లుల్లి	:	10 రేకలు
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారీ విధానము :

ముందుగా బాండీ పెట్టి ఎండుకొబ్బరి తురుము వేపి తీయాలి. తరువాత ఎండుమిర్చి, జీలకర్ర, ధనియాలు, వెల్లుల్లి అన్నింటిని విడి విడిగా వేపి తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. అన్ని పదార్థములు చల్లారిన తరువాత కొబ్బరి తప్ప మిగతా వేపిన పదార్థములను మిక్సీలో వేసి వాటికి సరిపడ ఉప్పు కలిపి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. ఈ పొడికి కొబ్బరి కలిపి మళ్ళీ మిక్సీవేసి మెత్తగా పొడుంని తయారు చేసుకోవాలి. (వెల్లుల్లి ఇష్టం లేని వారు వెల్లుల్లి వాడకుండా చేసుకోవాలి) ఈ పొడిని ఏదన్నా పొడిగా ఉన్న సీసాలో పోసి నిల్వ ఉంచుకోవాలి.

కంది సున్ని

కావలసిన దినుసులు :

కందిపప్పు	:	1 కప్పు
మినపప్పు	:	1 కప్పు
పెసరపప్పు	:	1 కప్పు
ఎండుమిర్చి	:	10 కాయలు
జీలకర్ర	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారీ విధానము :

ముందుగా బాండీ పెట్టి అన్ని పప్పులను పోసి దోరగా వేపుకోవాలి. వేగిన వాసన వస్తున్నప్పుడు వాటిని తీసి ప్లేటులో పోయాలి. ఎండుమిర్చి కూడా వేపి తీయాలి. ఇవి చల్లారిన తరువాత అన్నింటిని మిక్సీలో వేసి వాటికి ఉప్పు, జీలకర్ర జత చేసి మిక్సీ వేయాలి. మెత్తగా పొడి తయారు చేసుకొని ఏదైనా సీసాలో పోసి నిల్వ ఉంచుకోవచ్చు.

నువ్వుల పొడి

కావలసిన దినుసులు :

నువ్వు పప్పు	:	100 గ్రా.
మిరపకాయలు	:	5
జీలకర్ర	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
నూనె	:	1 చెంచా

తయారీ విధానము :

ముందుగా పొయ్యి వెలిగించి బాండీ పెట్టి నూనె వేసి మిరపకాయలు వేసి వేపి తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. తరువాత మిగిలిన నూనెలో నువ్వుపప్పు వేసి వేపాలి. వేగిన వాటిని బాగా చల్లార్చి మిక్సీలో వేసి వీటికి ఉప్పు, జీలకర్ర, జత కలిపి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. ఈ పొడిని కూడా నిల్వ ఉంచుకోవచ్చు.

బూడిదగుమ్మడికాయ వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

బూడిదగుమ్మడికాయ	:	1
మినప్పప్పు	:	1/2 కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	100 గ్రా
జీలకర్ర	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

రాత్రివేళ బూడిదగుమ్మడికాయను పగలగొట్టి గింజలు తీసివేసి సన్నని ముక్కలుగా తరుక్కోవడమో, తురుములా కోరుకోవడమో చేయాలి. దానిని ఒక పల్చని బట్టలో మూటకట్టి పైన ఏ రుబ్బురోలు పాత్రలాంటిదో బరువు పెట్టుకోవాలి. తెల్లారేసరికల్లా ఊబనీరు అంతా కారిపోయి ముక్కలో, తురుమో మూటలో మిగిలుతాయి. ఆ ఊబ నీరు వృదాపోకుండా ఏదైనా పాత్రలో పట్టగలిగితే పప్పు రుబ్బేటప్పుడు వాడుకోవచ్చు. ఆ రాత్రే మినప్పప్పును కూడా నానబోయాలి. పొద్దుటే లేచి నానిన పప్పు మీద పొట్టంతా తీసివేయాలి. (జాగ్రత్త చేసుకుంటే దాంతో పొట్టు

వడియాలు పెట్టు కోవచ్చు). పచ్చిమిరపకాయ ముచ్చికలు తీసివేయాలి. పప్పు, పచ్చిమిరపకాయలు కలిపి మనం జాగ్రత్త చేసిన బూడిదగుమ్మడికాయ ఊటనీళ్ళు చిలకరిస్తూ మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. పిండి పలచన అయితే వడియాలు బట్టలకు అంటుకుపోతాయి సుమా! అలా మెత్తగా టైటుగా రుబ్బిన పిండిలో బూడిదగుమ్మడి ముక్కలు, ఉప్పు, జీలకర్ర వేసి బాగా కలిపి తడిబట్టమీదనో, కాన్వాస్ క్లాత్‌మీదనో, పోలిథిన్ పేపర్‌మీదో వడియాలుగా పట్టుకోవాలి. ఉదయం ఎండెక్కేటైమ్ కల్లా ఈ పెట్టుడు కార్యక్రమం అయిపోవాలి. అది మొదలు సాయంత్రం ఎండ తిరిగిపోయేదాకా ఈ వడియాలను ఎండనిచ్చి ఎండవెళ్ళి పోయాక వడియాలని బట్టమీద నుంచి వలిచి తీసివేసి పెద్ద పళ్ళెంలోనో, విశాలమైన బేసిన్‌లో వేసి మరో రెండు మూడు రోజులపాటు బాగా ఎండబెట్టిన తరువాతనే డబ్బాలో పోసుకోవాలి.

సూచనలు : వడియాలు పూర్తిగా ఎండని పక్షంలో బూజుకట్టిపోతాయి. తస్మాత్ జాగ్రత్త. వడియాలు పెట్టేటప్పుడు ఆ పిండి కొంచెం వేరే గిన్నెలోకి తీసిపెట్టుకుంటే ఆ పచ్చి పిండిని వేడి వేడి అన్నంలో ఆధరువుగా కలుపుకోవచ్చును. పచ్చిపిండిని తినటం పడకపోతే ఆ పిండిని అట్టులాపోసుకుని కూడా అన్నంలో అద్దుకోవచ్చు.

క్యాబేజీ వడియాలు

కావలసిన పదార్థాలు :

క్యాబేజీ	:	3 కిలోలు
మినప్పప్పు	:	2 కిలోలు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	1/4కిలో
జీలకర్ర	:	25 గ్రా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

ఈ సాయంత్రమే క్యాబేజీ సన్నముక్కలుగా తరుక్కోవాలి. మినప్పప్పు నీళ్ళలో పడేస్తే తెల్లారేసరికి (రేపటికి) బాగా నాని ఉంటుంది. పచ్చిమిరపకాయలు, జీలకర్ర, తగుపాటి ఉప్పు కలిపిమెత్తగా నూరుకోవాలి. మరునాడు పప్పుమీద పొట్టు తీసేసి పలచబడకుండా మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. తరిగిన క్యాబేజీ, నూరిన ముద్ద ఈ పిండిలో కలిపి వడియాలలా పెట్టుకోవాలి. ఆరాక తీసి, మళ్ళా కాస్తంత ఎండలో ఎండబెట్టి డబ్బాలో వేసుకుని అవసరానికి వేయించుకోవడమే.

ధనియాల కారం

కావలసిన పదార్థములు :

ధనియాలు	:	100 గ్రా.
ఎండుమిర్చి	:	10 కాయలు
చింతపండు	:	గోలీకాయంత
మినపప్పు	:	2 చెంచాలు
పచ్చిశనగపప్పు	:	2 చెంచాలు
కరివేపాకు	:	1/2 కప్పు ఆకులు
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	3 చెంచాలు
జీలకర్ర	:	1 చెంచా

తయారీ విధానం :

ముందుగా పొయ్యి వెలిగించి బాండీపెట్టి నూనె వేసి కాగిన తరువాత ఎండుమిర్చి (తొడిమలు తీసి) వేసి వేపి తీసి ప్రక్కన ఉంచాలి. తరువాత మినపప్పు, పచ్చి శనగపప్పు వేపి తీయాలి. ధనియాలు వేసి వేపి తీయాలి. చివరగా కరివేపాకు వేసి వేపి తీయాలి. వేపిన వన్నింటిని చల్లార్చి మిక్సీలో పోసి వాటికి సరిపడ ఉప్పు, చింతపండు, జీలకర్ర వేసి మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. ఈ పొడిని ఇడ్లీలలోకి కూడా నంచుకోవచ్చు. పొడిని నిల్వ ఉంచుకొని అవసరమైనప్పుడు వాడుకోవచ్చు.

వంకాయ చారు

కావలసిన పదార్థములు:

వంకాయలు	:	200 గ్రాములు
చింతపండు	:	30 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	5
ఎండుమిర్చి	:	3
వెల్లుల్లి	:	20 గ్రాములు
జీలకర్ర	:	చిటికెడు
ఆవాలు	:	చిటికెడు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	సరిపడినంత

కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట
కరివేపాకు	:	కొంచెం
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

వంకాయలను కత్తితో గాట్లుపెట్టి అందులో వెల్లుల్లిరేకలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, గుచ్చి వంకాయలకు కొద్దిగా నూనె పూసి వాటిని నిప్పుల పొయ్యిపైగాని, గ్యాస్‌పొయ్యిపై గాని మంటపై కాల్చాలి. మాడిపోకుండా కాల్చిన తరువాత వంకాయపై ఉన్న నల్లని పొట్టురాలిపోతుంది. ఈ విధంగా ఉడికించిన వంకాయలను మెత్తగామెదపాలి. వీటికి చింతపండు పులుసును కలిపి మిగిలిన పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, కొత్తిమీర పసుపు, ఉప్పును, వేసి బాగా కలపాలి. ఒక బాణలిలో నూనె పోసి పొయ్యిపై ఉంచి వేడెక్కాక అందులో ఎండుమిర్చి ఆవాలు, జీలకర్ర, కరివేపాకు, వేసి చిటపటలాడుతుండగా చింతపండు పులుసును కలిపిన వంకాయచారును పోసి పోపు ఇవ్వాలి. తరువాత ఈ చారు కొద్దిసేపు పొయ్యి పై ఉంచి దించి అతిథులకు వడ్డించండి.

-000-




తెలుగువారి సాంప్రదాయ వంటలు

సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ







సాంప్రదాయ తెలుగు వంటలు

మైథిలీ వెంకటేశ్వరరావు

₹ 40/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

ప్రథమ ముద్రణ:
జూలై 2011

ముద్రణ:

ముఖచిత్రం:
రమణ

పబ్లిషర్స్ :
సరస్వతి పబ్లికేషన్
అరండల్‌పేట, విజయవాడ

ఇందులోని వంటలు ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం కోసం మాత్రమే. తయారీ విధానాన్ని బట్టి ఎంతమందికి కావాలో చూసుకొని, దాని ప్రకారంగా పాళ్లు సరిచూచుకొని వంట చేసుకోగలరు.




విషయసూచిక

పచ్చికొబ్బరి పొడి
పుదీనాకు పచ్చడి
అరిసెలు
చెక్కపకోడి
కారం గవ్వలు
క్యాబేజి ఆవకాయ
మాగాయ
హల్వాపూరి
జాంగ్రీలు
పెరుగు పాపడి
రవ్వకేసరి
గోరుచిక్కుడు పులుసుకూర
వడపప్పు
చామదుంపల పులుసుకూర
ఉలవచారు
మిరపగింజల పొడి
పచ్చిబొప్పాయి కూర
వేరు, శనగపప్పు పాకం
కొబ్బరిబూరెలు
టొమోటో పప్పు
పాయసం
రవ్వ, కజ్జికాయలు
ఆలూగోబీ
సేమ్యా దధ్యోదనం
రసం
పులగం
రవ్వలడ్డు
తోటకూర పులుసుకూర
పూర్ణాలు(పూర్ణం బూరెలు)
మైసూర్ పాక్
రాగిఅట్టు
తోటకూర పప్పు
కొబ్బరి పాయసం
గుత్తి వంకాయ కూర
రవ్వ గవ్వలు
పులిహోర
అరిసెలు
బంగాళాదుంప మునక్కాడల పులుసు
దద్దోజనం
బొబ్బట్లు
మిక్స్‌డ్ వెజిటబుల్ కర్రీ
సున్నుండలు

తెలుగువారి సాంప్రదాయ వంటలు

కేరెట్ వడ

ఇందుకు కావలసినవి :

శనగపిండి	:	2 కప్పులు
కేరెట్ కోరు	:	2 కప్పులు
పచ్చికొబ్బరికోరు	:	1 చిప్ప
వేయించిన		
వేరుశనగపప్పు	:	200 గ్రా
అల్లం ముక్కలు	:	2 చెంచాలు
వంటసోడా	:	కొంచెం
జీర	:	1 చెంచా
ఎర్రకారం	:	1 చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	12
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారుచేయు విధానం:

పచ్చిమిర్చి, కొబ్బరికోరు కలిపి ముద్దగా మిక్సీ వేసి వేరుశెనగపప్పును పొడి చేసుకోవాలి.ఒక డిష్‌లోకి శెనగపిండి, వేరుశెనగపొడి మిగిలినవన్నీ తీసుకుని కొంచెం కొంచెం నీరు కలుపుతూ గారెల పిండిలా కలుపుకోవాలి.బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత వడలు వత్తి నూనెలో వేసి ఎర్రగా వేపి వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

బూరెలు

కావలసిన పదార్థములు:

జొన్నపిండి	:	200 గ్రాములు
బెల్లం	:	200 గ్రాములు
పచ్చికొబ్బరి	:	కొంచెం
యాలకలు	:	2

తయారుచేయు విధానం:

జొన్న పిండిని జల్లించుకోవాలి. పచ్చికొబ్బరిని తురిమి ఉంచాలి. బెల్లంలో కొద్దిగా నీరుపోసి తీగపాకం పట్టాలి. దీనికి జొన్నపిండి, యాలకులపొడి, కొబ్బరివేసి ముద్దగా అయ్యేవరకూకలపాలి. దీనిని చిన్న ఉండలుగా చేసి, ఆకుమీద పలుచగా చేతితో నొక్కి కాగిన నూనెలో వేయించాలి.

చలిమిడి

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యంపిండి	:	100 గ్రాములు
బెల్లం	:	50 గ్రాములు
గసగసాలు	:	కొద్దిగా
ఎండుకొబ్బరి	:	10 చిన్న ముక్కలు
కిస్‌మిస్	:	5 గ్రాములు
జీడిపప్పు	:	5 గ్రాములు
నెయ్యి	:	రెండు స్పూన్లు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బెల్లం చిన్న చిన్న ముక్కలుగా చేసి ఉంచుకోవాలి. బాండీలో నెయ్యివేసి గసగసాలు, జీడిపప్పు,ఎండుకొబ్బరి వేసి వేగిన తరువాత దించి వేయాలి. తరువాత బియ్యంపిండిలో, బెల్లం వేసి బాగా దంచి తరువాత వేగిన వీటిని దాంట్లో కలిసి నైవేద్యం చేయవచ్చు.

బంగాళదుంపలపులుసు

కావలసిన పదార్థాలు

బంగాళదుంపలు	:	1/4కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	2 పెద్దవి
పచ్చిమిర్చి	:	3
చింతపండు	:	నిమ్మరసం
నూనె, పసుపు,ఉప్పు,బెల్లం: తగినంత		
వెలుల్లి	:	1
మెంతులు	:	1/2 చెంచా
కారం	:	1చెంచా
పోపుసామాను, కరివేపాకు: తగినంత		

తయారుచేయువిధానం

చింతపండు కడిగి నీటిలో నానబెట్టాలి. బంగాళదుంపలు, మిర్చి, ఉల్లిపాయల్ని సన్నగా తరిగి ఉంచాలి. గిన్నెలో నూనె కాగిన తర్వాత వెల్లుల్లి చిదిపివేయాలి. తరువాత మెంతులు వేసి వేగిన తర్వాత పోపుసామాను, కరివేపాకువేసి వేగిన తరువాత తరిగిన ఉల్లి, దుంప, మిర్చిముక్కలు, కూడా వేసి కాస్త వేగిన తర్వాత చింతపండు రసం చిక్కగాచేసి పోయాలి. బెల్లం కూడా వేయాలి. ముక్కలను ఉడికిన తరువాత ఉప్పు, పసుపు, కారం కూడా వేసి బాగా మరగనిచ్చి కొత్తిమీర చల్లుకుని దింపుకోవాలి.

బూందీ లడ్డూ

కావలసిన పదార్థములు

శనగపిండి	:	1/4కిలో
డాల్డా	:	1/4కిలో
పంచదార	:	1/2కిలో

కిస్‌మిస్, జీడిపప్పు	:	తగినన్ని
యాలకులపొడి	:	1/2 చెంచా
పచ్చకర్పూరం	:	ఆవగింజంత
మిఠాయిరంగు	:	కొంచెం

తయారుచేయువిధానం:

మొదట శనగపిండిని జల్లించి నీరుపోసి దోశెల పిండిలా కలుపుకోవాలి. వెడల్పాటి గిన్నె పంచదార, నీరు పోసి పాకం పట్టి ఉంచాలి. వెడల్పాటి బాండీలో డాల్డా వేసి మరిగిన తరువాత చిల్లుల గరిట తీసుకుని దాంట్లో శనగపిండిని వేసి చేత్తో తిప్పితే బూందీ మాదిరిగా బాండీలో పిండి పడుతుంది. వేగిన తరువాత గరిటతో తీసి పాకంలో వేయాలి. అలా మొత్తం పిండి చేసి నేతిలో వేసి కిస్‌మిస్, జీడిపప్పు, యాలకులపొడి పచ్చకర్పూరం, మిఠాయి రంగు కూడా వేసి బాగా కలిపి కావలసిన సైజులో ఉండలుగా చేసుకుని తినాలి.

బూడిదగుమ్మడి హల్వా

కావలసిన పదార్థములు:

బూడిద గుమ్మడి కాయ ముక్కలు:		2 కప్పులు
కోవా	:	తగినంత
పంచదార	:	250 గ్రాములు
నెయ్యి	:	అరకప్పు
మీగడ	:	1 కప్పు
పాలు చిక్కనివి	:	1/4 లీటరు
జీడిపప్పు,యాలకులు, కిస్‌మిస్:		తగినన్ని

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బూడిద గుమ్మడికాయ ముక్కలు తురమాలి. ఈ తురుమును బాండీలో కొద్దిగా నెయ్యివేసి వేయించి పాలు పోసి కుక్కర్‌లో ఐదు నిమిషాలు ఉడకనిచ్చి అదే బాండీలో పోసి పాలు ఇగిరేంతవరకు తురుమును కలుపుతూ ఉండాలి. యిగిరిన తర్వాత మీగడ, పంచదార, యాలకులపొడి, జీడిపప్పు వేయించి అవి, నెయ్యి కూడా క్యారెట్‌లో వేసి బాగా ఉడికి నెయ్యి పైకి తేరిన తరువాత డిష్‌లోకి తీసుకోవాలి.

తరువాత కోవా కలపాలి. దీని మీదకి జీడిపప్పు కిస్మిస్‌లు వేయించి పైన చల్లి చూడటానికి అందంగా ఉంటుంది.

దొండకాయ మసాలా కూర

కావలసిన పదార్థాలు

దొండకాయలు	:	1/4కిలో
వేరుశనగగుండ్లు	:	25 గ్రాములు
జీడిపప్పు	:	50గ్రాములు
శనగపిండి	:	సరిపడినంత
అల్లం	:	1/2 అంగుళంముక్క
చిన్నుల్లి కారం	:	1 చెంచా
వెల్లుల్లి	:	4 గర్భాలు
ఉల్లిపాయలు	:	చిన్నవి రెండు

తయారుచేయువిధానం

ముందుగా దొండకాయలను కడిగి పొడవుగా నాలుగు పక్షాలుగా చేసి నూనెలో దోరగా వేపుకోవాలి. వెల్లుల్లి, అల్లం మెత్తగా మిక్సీ వేసుకోవాలి. ఈ పేస్ట్‌ని, కొంచెం ఉప్పువేసి వేగిన ముక్కలకి పట్టించాలి. 10 నిమిషాల అనంతరం కొద్దిగా నీరులాగా వస్తుంది. బేసిన్‌లో శెనగపిండి తీసుకుని కొంచెం నీరు కలిపి గుప్పెడు గుప్పెడు ముక్కల్ని పిండిలో గుచ్చెత్తిపోసి ప్రక్కన పెట్టి మిగతా మొత్తాన్ని అలానే చేసి బాండీలో రెండు గరిటెలు నూనెవేసి దాంట్లో వేరుశనగగుండ్లు, జీడిపప్పు కొద్దిగా జీలకర్ర వేసి వేపాలి. తరువాత ఉల్లిపాయల్ని సన్నగా, పొడవుగా కట్ చేసినవి వేసి వేపాలి. వేగిన తర్వాత చిన్నుల్లికారం, పసుపు వేసి బాగా కలిపి తరువాత దొండకాయ పకోడి ముక్కల్ని వేసి బాగా కలిసేలా ఐదునిమిషాలు సన్నని మంటమీద అడుగంటకుండా వేపుకుని వేడి వేడి అన్నంలోకి సర్వ్ చేయాలి.

సూచన: దొండకాయ బదులు వంకాయలతో కూడా ఇదే విధంగా చేసుకోవచ్చు.

బీరకాయ కూర

కావలసిన పదార్థములు:

బీరకాయలు	:	1/2కిలో
పెసరపప్పు	:	1/2కిలో

పాలు	:	అరకప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	పది
ఎండుమిర్చి	:	నాలుగు
కొబ్బరితురుము	:	1/2 కప్పు
నూనె	:	5 చెంచాలు
తాలింపుగింజలు	:	2 చెంచాలు
పసుపు,కరివేపాకు,		
కొత్తిమీర,	:	సరిపడినంత

తయారుచేయువిధానం

బీరకాయలకి పొట్టుతీసి ముక్కలు చేసుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసికాగిన తర్వాత తాలింపు గింజలు కరివేపాకు, ఎండుమిర్చి, పచ్చిమిర్చి, వేసి వేయించి తరువాత బీరకాయ ముక్కలు, పెసరపప్పు వేసి కలిపి పాలు పోసి,ఉప్పు కలిపి మూతపెట్టి మగ్గనివ్వాలి. నీరు తగ్గి కూర ఉడికిన తర్వాత ఉప్పు,పసుపు, కొబ్బరి తురుము వేసి 5 నిమిషాలు వేపి కొత్తిమీర చల్లి నీరు మొత్తం పోయేలా చూసుకొని దింపాలి.

కరివేపాకుకారం

కావలసిన పదార్థములు

కరివేపాకు	:	3 కట్టలు
చింతపండు	:	100గ్రాములు
జీలకర్ర	:	10గ్రాములు
ధనియాలు	:	50గ్రాములు
శెనగపప్పు	:	50గ్రా
మినపప్పు	:	50గ్రాములు
ఎండుమిర్చి	:	150గ్రాములు
ఉప్పు	:	తగినంత
వెల్లుల్లి	:	1పాయ

తయారుచేయు విధానం :

ఒక కళాయిలో శెనగపప్పు, మినపప్పు వేయించి తీయాలి. తరువాత ధనియాలు జీలకర్ర కూడా వేయించి పెట్టాలి. తరువాత ఇంకొంచెం నూనె

వేసిమిరపకాయలు కరివేపాకు వేయించి అన్నింటిని కలిపి తగినంత ఉప్పు వేసి రోట్లో మెత్తగా దంచుకోవచ్చు లేదా మిక్సీలో వేసుకోవచ్చు.

టొమోటో కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు:

దోర టొమోటోలు	:	1/2కిలో
పచ్చి కొబ్బరి	:	1/2 చిప్ప
పచ్చిమిర్చి	:	పదిహేను
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
పసుపు, ఉప్పు,	:	సరిపడినంత
నూనె	:	2 గరిటెలు
పోపుగింజలు	:	3 చెంచాలు
కొత్తిమీర, కరివేపాకు	:	సరిపడినంత

తయారుచేయువిధానం

బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత పోపు పెట్టి సన్నగా తరిగిన టొమోటో ముక్కలు వేసి ఉప్పు, పసుపు, వేసి ఉడికించాలి. ఉడుకు పడుకుతున్నప్పుడు అల్లం, పచ్చిమిర్చి, కొబ్బరి మిక్సీవేసి కూరలో వేసి కూర ఉడికి దగ్గరకొచ్చి నూనె పైకి తేరుకున్నప్పుడు కొత్తిమీర చల్లి దింపి గిన్నెలోకి తీసుకుని సర్వ్ చెయ్యాలి.

పాలక్ పూరీలు

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి	:	50గ్రాములు
పాలకూర	:	6కట్టలు
ఉప్పు	:	తగినంత
జీలకర్ర	:	5 గ్రాములు
రిఫైన్డ్ ఆయిల్	:	వేయించడానికి సరిపడా

తయారుచేయు విధానం :

పాలకూరని వేడి నీటిలో ఉడికించి తరువాత చన్నీళ్ళలో వేసి చల్లారాక నీళ్లు పిండి మెత్తగా గుజ్జులా గ్రైండ్ చేయాలి. తరువాత గోధుమపిండిని జల్లించి

తగినంత ఉప్పు, పాలకూర గుజ్జు జీలకర్ర కలిపి నీళ్ళు పోసి పూరీ పిండిలా కలుపుకోవాలి. ఈ పిండిని చిన్న చిన్న ముద్దలుగా చేసి పూరీలా వత్తి పెట్టుకుని బాండీలో నూనె మరిగాక వేయించుకోవాలి. వీటితో ఆలు కూర్మా కాని, చట్నీ కాని, కోడి కూరకాని నంజుకుని తింటే చాలా రుచిగా ఉంటాయి.

పాలకూరతో పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

పెరుగు	:	1/4కిలో
పాలకూర	:	4 కట్టలు
కొత్తిమీర	:	1/2 కట్ట
పోపుగింజలు	:	సరిపడా
అల్లం ముక్కలు	:	5గ్రాములు
నూనె	:	సరిపడా
ఉప్పు	:	తగినంత
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా పాలకూరని కడిగి సన్నగా తరిగి పెట్టుకోవాలి. ఒక బాణలిలో నూనె వేసి పోపు పెట్టాలి. అందులో అల్లం, పచ్చిమిరపకాయలు, పసుపు వేసి బాగా వేయించాలి. తరువాత పాలకూరని వేసి కాసేపు ఉడకనిచ్చి బాగా వేయించాలి. ఆ కూరని పెరుగులో ఉప్పుతో పాటు వేసి బాగా కలపాలి. దీనిని అన్నంలోకి వడ్డిస్తేఎంతో రుచిగా వుంటుంది.

క్యాబేజి టొమోటో ఉల్లి కూర

కావలసిన పదార్థములు:

క్యాబేజి	:	3 కప్పులు తరిగినది
ఉల్లిపాయలు	:	2 కప్పులు
టొమోటోలు	:	1కప్పు
గరంమసాలా	:	1/4స్పూను
అల్లం ముక్కలు	:	1/2 చెంచా
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1 చెంచా

ఉప్పు, పసుపు, కారం	:	సరిపడినంత
నూనె		2 చెంచాలు

తయారుచేయువిధానం

ముందుగా నూనె కాగిన తరువాత పోపుపెట్టి ఉల్లి, మిర్చి, అల్లంముక్కలు వేపాలి. దాంట్లో క్యాబేజి, టొమోటో ముక్కలు పసుపు, ఉప్పు వేసి ఉడికించాలి. తర్వాత ధనియాలు పొడి, కారం, గరంమసాలా వేసి మూడు నిమిషాలు కలుపుతూ వేయించాలి. తరువాత దించి సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి పైన కొంచెం కొత్తిమీరచల్లి వేడిగా పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

చక్రపొంగలి

కావలసిన పదార్ధములు:

బియ్యం సన్నవి	:	అరకిలో
బెల్లం	:	300 గ్రాములు
పెసరపప్పు	:	పావుకిలో
పచ్చ కర్పూరం	:	కొంచెం
యాలుకులు	:	4
జీడిపప్పు	:	2 చెంచాలు
బాదంపప్పు	:	1 చెంచా
ఎండుద్రాక్ష	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం:

ఎండుద్రాక్షను కడిగి గోరువెచ్చని నీటిలో నానపెట్టి ఉంచాలి. ముందుగా బియ్యం, పెసరపప్పు కలిపి శుభ్రంగా కడిగి రెండు రెట్లు నీరు పోసి ఉడికించి సిమ్‌లో ఉంచాలి. బాండీలో నెయ్యి వేసి కాగిన తరువాత సీమబాదంపప్పు, జీడిపప్పు, పిస్తాపప్పు విడివిడిగావేపి ప్రక్కన ఉంచాలి. ఈ నేతిలో సన్నగా తురిమిన మంచి బెల్లం వేసి సన్నని మంటమీద తీగపాకం వచ్చేదాకా ఉడికించాలి. యాలకులు పొట్టుతీసి వేసి లోపల గింజలు, పచ్చకర్పూరం కలిపి మెత్తగా పొడిచేసి ఉంచాలి. తీగపాకం రాగానే వేడినీటిలో నానిన ద్రాక్ష, వేపిన పప్పులు, పొడి చేసిన యాలకులు పచ్చకర్పూరం సగం పొడిచేసి రెండు నిమిషాలు ఉడికించి దాన్ని ఉడికిన అన్నంలో

ధారగా పోస్తూ బాగా కలిపి మరో రెండు నిమిషాలు సన్నని మంటమీద ఉడికించి మిగతా యాలకులపొడిని కూడా వేసి దించాలి. చివరగా మిగిలిన నేతిని కూడా వేసి కలిపి కొద్దిగా మగ్గిన తరువాత దించి సర్వ్ చెయ్యాలి.

పాలకూర పకోడి

కావలసిన పదార్థములు

పాలకూర	:	10కట్టలు
శెనగపిండి	:	200గ్రాములు
కారం	:	తగినంత
వంటసోడా	:	తగినంత
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	వేపడానికి సరిపడా
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా పాలకూర కాడలను విడదీసి ఆకులను శుభ్రంగా కడిగి సన్నగా తరిగి వుంచుకోవాలి. ఇప్పుడు శనగపిండిని ఓ వెడల్పయిన గిన్నెలో జల్లించి దానికి ఉప్పు, కారం, పసుపు, వంటసోడా కలిపి నీళ్ళతో జారుడుగా బజ్జీల పిండిలా కలపాలి. తరువాత తరిగి వుంచిన పాలకూరను కలిపి బాణలిలో మరుగుతున్న నూనెలో పకోడీల్లా ఎర్రగా వేయించి వేడి వేడిగా వడ్డించండి.

జిలేబీలు

కావలసిన పదార్థాములు

మినప్పప్పు	:	250గ్రా
బియ్యం	:	1/2కిలో
మిఠాయిరంగు	:	కొంచెం
పంచదార	:	1కిలో
తినేసోడా	:	కొంచెం

తయారుచేయువిధానం:

ఒక రోజు ముందు బియ్యం, మినప్పప్పు, నానబెట్టి కడిగి మెత్తగా రుబ్బి

ఉంచాలి. ఒక వెడల్పాటి గిన్నెలోకి తీసి ఉంచాలి. మరుసటిరోజుకి బాగా పొంగుతుంది. మరుసటిరోజు ఈ పిండిలో సోడా, మిఠాయి రంగు వేసి కొద్దిగా పలచగా దోశలపిండిలా కలపాలి. పంచదారని గిన్నెలో పోసి కొద్దిగా నీరు పోసి పాకం రానివ్వాలి. బాండీలో డాల్డా వేసి కాగిన తర్వాత పిండిని చిల్లు కొబ్బరి చిప్పలో పోసి జిలేబి మాదిరిగా వేసి బాగా వేగాక తీసి తీగపాకంలో ముంచి తీయాలి. మొత్తం అలా చెయ్యాలి. వేడి వేడిగా తింటే మంచిరుచిగా వుంటాయి.

టమోటాతో తోటకూర

కావలసిన పదార్ధములు

తోటకూర	:	200గ్రాములు
టోమోటాలు	:	100గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	5
కారం	:	తగినంత
అల్లం	:	తగినంత
వెల్లుల్లి పేస్ట్	:	తగినంత
ధనియాలపొడి	:	తగినంత
తాలింపు గింజలు	:	తగినంత
ఉప్పు		: తగినంత

తయారుచేయు విధానం

తోటకూరను శుభ్రంగా తరిగి పెట్టుకోవాలి. టమెటాలను ఉల్లిపాయలను కూడా తరిగిపెట్టుకోవాలి. బాండీలో నూనె వేసి కాగిన తరువాత ఎండుమిర్చి తాలింపు గింజలు వేసి వేగిన తర్వాత ఉల్లిపాయ ముక్కలు పచ్చిమిరప తరిగినవి, పసుపు వేసి కలపాలి. తర్వాత దీనిలో తోటకూర టమోటాలు వేసి అల్లం, పేస్ట్ చేర్చి కలపాలి. తర్వాత ఉప్పు కారం ధనియాలు పొడి వేసి కలిపి మూత పెట్టాలి. అది ఉడికిననీరు ఆవిరి అయ్యాక దించాలి.

గోరుచిక్కుడు కొబ్బరి కూర

కావలసిన పదార్థములు

గోరుచిక్కుడు	:	1/4కిలో (ఈనెలు తీసిముక్కలు చేయాలి)
కొబ్బరి కోరు	:	1/2కప్పు
ఉప్పు, పసుపు,పోపు	:	సరిపడినంత
నూనె	:	2 చెంచాలు
ధనియాల పొడి	:	1చెంచా
మ్యాంగోపొడి	:	1/2 చెంచా
కారం	:	సరిపడినంత

తయారుచేయువిధానం

గోరుచిక్కుడు ముక్కలను ఉడికించి వార్చాలి. నూనె కాగిన తర్వాత పోపు పెట్టి ఉడికిన గోరుచిక్కుడు ముక్కలు వేసి వేపి మసాలా దినుసులు వేసి కొబ్బరి కూడా వేసి 3 నిమిషాలు మగ్గనిచ్చి మధ్యమధ్యలో కలుపుతూ చివరగా కొత్తిమీర చల్లిదింపాలి.

కొబ్బరితో కొత్తిమీర పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

కొత్తిమీర	:	పెద్దవి 2 కట్టలు
పచ్చికొబ్బరి	:	1 చిన్న చిప్ప
మినపప్పు	:	2 టీస్పూనులు
నూనె	:	2 టీస్పూనులు
పచ్చిమిర్చి	:	8
ఉప్పు	:	తగినంత
చింతపండు	:	కొద్దిగా
పసుపు		కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం

కొత్తిమీర శుభ్రంగా కడిగి సన్నగా తరిగి మిక్సీలో వేసి, పచ్చిమిర్చి, కొబ్బరి తురుము, ఉప్పు, పసుపు, చింతపండు గుజ్జు వేసి ఆ గుజ్జు వేసి మెత్తగా తిప్పాలి.

తర్వాత బాండీలో నూనె వేసి పొయ్యి మీద పెట్టి, నూనె కాగాక మినపప్పు వేయించి పచ్చడిలో కలపాలి. ఇది చపాతీల్లోకి బాగుంటుంది. రుచిగావుంటుంది.

తొక్కుడు లడ్డు

కావలసిన పదార్థములు

శనగపిండి	:	అరకిలో
పంచదార	:	అరకిలో
నూనె	:	1/2 కిలో
సోడా ఉప్పు	:	1 టేబుల్ స్పూన్
బియ్యం పిండి	:	1/2కప్పు
యాలకులపొడి	:	1 చెంచా

తయారుచేయువిధానం:

శనగపిండి, బియ్యంపిండి జల్లించి సోడా ఉప్పు వేసి తగినన్ని నీరు పోసి జంతికల పిండిలా కలిపి ఉంచాలి. పొయ్యి మీద బాండీలో నూనె పోసి చక్రాల గిద్దలో పిండి వేసి చక్రాలు వొత్తుకోవాలి. ఎర్రగా వేగనిచ్చి తియ్యాలి. అలా మొత్తం పిండిని చక్రాలు చేసి రోట్లో లేదా మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చేసి జల్లించి పెట్టుకోవాలి. గిన్నెలో పంచదార, నీరు రోట్లో లేదా మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చేసి జల్లించి పెట్టుకోవాలి. గిన్నెలో పంచదార, నీరు పోసి పొయ్యి మీద పెట్టి పాకం రానిచ్చి దాంట్లో యాలకులపొడి, జల్లించిన పిండిని వేసి గట్టిపడేదాకా తిప్పాలి. ఈ ముద్దను రోట్లో వేసి దంచితే మెత్తగా వస్తుంది. అప్పుడు ఈ ముద్దని ఉండలు చేసి డబ్బాలో పెట్టి కావలసినప్పుడు తినాలి.

టమోటాతో కొత్తిమీర పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

టమోటాలు	:	1/4 కె.జి
కొత్తిమీర	:	8కట్టలు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	7
నువ్వులు	:	3 చెంచాలు
ఉప్పు, కారం, నూనె	:	తగినంత
జీలకర్ర	:	కొద్దిగా

ఎండుమిర్చి	:	4
పోపుగింజలు	:	2 చెంచాలు
వెల్లుల్లి రెబ్బలు	:	6

తయారుచేయు విధానం :

బాండీ పొయ్యి మీద పెట్టి నూనె పోసి కాగాక ఎండుమిర్చి, జీలకర్ర, నువ్వులు వేసి వేయించి పక్కన పెట్టాలి. బాండీలో నూనె పోసి పచ్చిమిరప కాయలు,టమోటాలను కూడా వేయించుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసి పచ్చిమిరపకాయలు, టమోటాలను కూడా వేయించుకోవాలి. ముందుగా వేయించిన మిరపకాయలు, నువ్వులు, జీలకర్ర పొడిగా కొట్టుకోవాలి. వెల్లుల్లి రెబ్బలను వేసి నూరుకోవాలి. చివరగా కొత్తిమీర, మిర్చి, టోమోటాలని ఉప్పు వేసి నూరుకోవాలి. దాంట్లో పోపు పెట్టుకోవాలి. ఇది రైస్‌లోకి రుచిగా వుంటుంది.

దోశె

కావలసిన పదార్థములు

మినప్పప్పు	:	1డబ్బా
బియ్యం	:	3 డబ్బాలు
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా బియ్యం, మినప్పప్పు విడివిడిగా నానవెయ్యాలి. నానిన తరువాత రెండిటిని విడిగా గాలించి కలిపి రుబ్బుకోవాలి. లేదా వెట్ గ్రైండర్‌లో వేసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. తగినంత ఉప్పు కలుపుకోవాలి. రుబ్బిన వెంటనే దోసె వేస్తే చప్పగా ఉంటుంది. మరుసటి రోజు కొద్దిగా పులుస్తుంది. మూడవరోజు ఇంకా పులిసి రుచిగా ఉంటుంది. మరుసటి రోజు కొద్దిగా పులుస్తుంది. చప్పగా ఉన్నప్పుడు పిండిలో నీరు బదులు పుల్లటి మజ్జిగ కలిపేస్తే కూడా రుచిగా ఉంటుంది. ఈ దోసెలలో ఉల్లిపాయలు సన్నగా తరిగి వేసి కాల్చుకుని తినవచ్చు.

గోధుమరవ్వ ఉప్మా

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమరవ్వ	:	1డబ్బా
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
అల్లం, మిర్చిముక్కలు	:	తగినన్ని
కర్వేపాకు	:	2రెమ్మలు
జీడిపప్పు	:	2 చెంచాలు
పచ్చిశెనగపప్పు	:	4 చెంచాలు
పోపు సామాను	:	2చెంచాలు
నూనె, ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

గిన్నెలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత ఉల్లిముక్కలు, అల్లం,పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, పోపు సామాను, పచ్చిశెనగపప్పు, జీడిపప్పు, కర్వేపాకు వేసి వేగిన తరువాత 2 డబ్బాలు నీరుపోసి ఉప్పువేసి మరిగిన తర్వాత గోధుమరవ్వ పోసికలిపి మూత పెట్టాలి. ఉడికిన తర్వాత వేడి వేడిగా తినటమే.

అటుకుల ఉప్మా

కావలసిన పదార్థములు

అటుకులు	:	1డబ్బా
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	అయిదు
బంగాళదుంప	:	ఒకటి
నూనె, ఉప్పు, పోపుసామాను:తగినంత		ఎండుమిర్చి: రెండు

తయారుచేయు విధానం

బాండీలో నూనె పోసికాగిన తర్వాత మిరప, సామాను వేసి వేగిన తర్వాత తరిగిన బంగాళదుంప సన్నని ముక్కలు ఉల్లిముక్కల్ని, మిర్చివేసి వేగిన తరువాత కొంచెం నీరుపోసి ఉప్పు, పసుపు వేసి నీళ్ళు పోసి బాగా మరిగిన తరువాత అటుకులు పోసి బాగా కలిపి మూత పెట్టాలి. పది నిమిషాల్లో ఉప్మా తయారవుతుంది.

సేమ్యా ఉప్మా

కావలసిన పదార్థములు

సేమ్యా	:	1 డబ్బా
పచ్చిశెనగపప్పు	:	2 చెంచాలు
జీడిపప్పు	:	25గ్రాములు
పోపుసామాను	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	4 నూనె,
ఉప్పు	:	తగినంత
నెయ్యి	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

మొదట నేతిలో సేమ్యా, జీడిపప్పు వేపుకోవాలి. బాండీలో నూనె వేసి పోపు వేగిన తర్వాత పచ్చిశెనగపప్పు, వేసి వేయించి 1 1/2 డబ్బాలు నీరు పోసి మరిగించి తరువాత సేమ్యా, జీడిపప్పు కూడా వేసి ఉడకనివ్వాలి. అయిదు నిమిషాల్లో రెడీ అవుతుంది.

నిమ్మకాయ పులిహోర

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	1 డబ్బా
పచ్చిమిర్చి	:	పది
నూనె	:	100 గ్రాములు
నిమ్మకాయలు	:	6
పోపుసామాను	:	సరిపడినంత
పచ్చిశెనగపప్పు	:	2 చెంచాలు
వేరుశెనగపప్పు	:	2 చెంచాలు
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు
జీడిపప్పు	:	25 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా నిమ్మరసం తీసి గింజలు లేకుండా వడగట్టి దాంట్లో పచ్చిమిర్చి పొడవుగా సన్నగా తరిగి నానపెట్టాలి. 1కి 2 డబ్బాలు నీళ్ళతో పొడిగా అన్నం వుండుకోవాలి. బాండీలో పోపుపెట్టి, పచ్చిశెనగపప్పు, వేరుశనగపప్పు, జీడిపప్పు వేసి దాంట్లో కరివేపాకు కొత్తిమీర రసంలోకి పచ్చిమిర్చిని పిండి ఒక నిమిషం పోపులో వేసి వేపి దింపాలి. అన్నం బేసిన్‌లో పోసి తగినంత ఉప్పు, పసుపు వేసి ఉండలు లేకుండా కలపాలి. దాంట్లో నిమ్మరసం కూడా సరిపడా కలిపి తాలింపు వేసి మొత్తం కలిసేటట్టు కలిపి పైన కొత్తిమీర చల్లాలి.

పెసరపొడి

కావాల్సిన పదార్థాలు :

చాయపెసరపప్పు	:	1 గ్లాసు
జీలకర్ర	:	1 స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత
మిరపకాయలు		8

తయారుచేయు విధానం :

చాయపెసరపప్పు కమ్మని వాసన వచ్చేంత వరకు అంటే దోరగా వేయించుకోవాలి. మిరపకాయలు, జీలకర్ర, ఉప్పు మిక్సీలో వేసి తిప్పి తరువాత ఈ పప్పు వేసి మెత్తగా అయ్యేంత వరకు గ్రైండ్ చేసుకోవాలి.

ఇడ్లీ ఉప్మా

కావలసిన పదార్థములు

ఇడ్లీలు	:	6
ఉప్పు		సరిపడా
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
పచ్చిశెనగపప్పు	:	ఒక స్పూను
తాలింపు దినుసులు	:	కొంచెం

తయారుచేయువిధానం

ఉల్లిపాయలు ముక్కలుగా చేసుకోవాలి. పచ్చిమిర్చి సన్నగా కోసి వుంచుకోవాలి. ముందుగా పొయ్యిమీద బాణలిపెట్టి అందులో తాలింపు దినుసులు వేసిఅవి కొంచెం మగ్గిన తరువాత కోసి వుంచుకున్న ఉల్లిపాయముక్కలు పచ్చిమిర్చి వేయాలి. ఇవి బాగా వేసి బంగారపు రంగువచ్చాక –ఇడ్లీలను పట్టుకుని పిసుకుతూ మసాలా పకోడీ వేసినట్టుగా వేయాలి. ఎసరు వేయవలసిన పనిలేదు. ఇగిరిన తర్వాత దింపేయాలి. ఇది వెరైటీ ఉప్మా. ఇడ్లీ తినటానికి యిష్టపడనివాళ్ళు యీ ఉప్మాని కోరి మరీ తింటారు.

దోసగింజల పొడి

కావలసి.న పదార్థాలు :

దోసగింజలు	:	1 కప్పు
మిరపకాయలు	:	5
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

దోస గింజలలోచేదు ఉందేమో ఒక్కసారి చూసుకుని ఈ పొడి చేసుకోవాలి. బాణలిలో దోసగింజలు చిటపటలాడే వరకు వేగనిచ్చి మిరపకాయలు, ఉప్పు వేసి గ్రైండ్ చేసుకోవాలి.

జీడిపప్పు ఉప్మా

కావలసిన పదార్థములు

బొంబాయిరవ్వ	:	రెండు గ్లాసులు
ఉప్పు	:	సరిపడా
జీడిపప్పు	:	50గ్రా
నెయ్యి	:	రెండుస్పూన్‌లు
మినప్పప్పు	:	రెండు స్పూన్‌లు
కరివేపాకు	:	రెండు స్పూన్‌లు
ఆవాలు		ఒక స్పూన్‌లు
నూనె	:	100గ్రాములు

పచ్చిశెనగపప్పు	:	రెండు స్పూన్‌లు
పచ్చిమిర్చి	:	8
ఉల్లిపాయలు	:	2

తయారుచేయు విధానం

పచ్చిమిర్చి ముక్కలు కోసుకోవాలి. ఉల్లిపాయలు కోసి వుంచుకోవాలి. పొయ్యిమీద బాణలిపెట్టి అందులో నూనెవేసి అది బాగా కాగాక తాలింపు వేయాలి. తాలింపు దోరగా వేగిన తరువాత జీడిపప్పు కూడా వేసి వేయించాలి. అందులో ఎసరు పొయ్యాలి. నీళ్ళు మరుగుతుండగా రవ్వ పోస్తూ కలుపుతూ వుండాలి. అదే సమయంలో నెయ్యి కూడా వేస్తే బాగుంటుంది. బాగా కలిపి దింపేసి ఒక ప్రక్కన పెట్టాలి. మగ్గాక వేడివేడిగా తింటే బాగుంటుంది. జీడిపప్పు లేకపోయినా సెనగగుళ్ళు వేసుకోవచ్చు. దీనితో నైనా చేసుకున్నా బాగానే వుంటుంది. ఎలా చేసినా ఉప్మా బాగానే వుంటుంది.

మినపగారెలు

కావలసిన పదార్థములు

మినప్పప్పు	:	1/2కిలో
ఉప్పు, నూనె	:	తగినంత
జీలకర్ర	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం

మినప్పప్పు నానబెట్టి కడిగి బుట్టకేసి తరువాత గట్టిగా, మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. రుబ్బేటప్పుడు ఉప్పు వేసి రుబ్బాలి. తరువాత జీలకర్ర వేసి కలిపి నూనె కాగిన తరువాత చేతి మీద లేదా అరిటాకు మీద కావలసినంత సైజులో వత్తుకుని నూనెలో వేసి వేగిన తర్వాత వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి. చేతిమీద అయితే చేతిని కాస్త తడి చేసుకుని వత్తి వేసుకోవాలి. అరిటాకు మీద అయితే కొంచెం నూనెను పల్చగా రాసి వత్తుకోవాలి. పిండి మరీ గట్టిగా లేకుండా చూసుకోవాలి. అలా అని మరీ జారుగా ఉండకూడదు.

కొబ్బరి కాకరకాయ

కావలసిన పదార్థాలు

కాకరకాయలు	:	1/2కిలో
చింతపండు	:	50గ్రా
కందిపప్పు	:	1/4కిలో
ఎండుమిర్చి	:	8
మిరియాలు, జీలకర్ర	:	1చెంచా చొప్పున
ధనియాలు,శెనగపప్పు	:	2 చెంచాల చొప్పున
మినప్పప్పు	:	1 చెంచా
పచ్చికొబ్బరి తురుము	:	1కప్పు
మినప్పప్పు	:	1 చెంచా
తాలింపు గింజలు	:	2 చెంచాలు
ఉప్పు,ఇంగువ, కొత్తిమీర	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	తగినంత

తయారుచేయువిధానం

చింతపండు కడిగి నీటిలో నానబెట్టాలి. కాకరకాయను ముక్కలు చేసి వాటికి కందిపప్పు కలిపి ఇంగువ పసుపు వేసి ఉడికించాలి. బాండీలో కొంచెం నూనె వేసి ఎండుమిర్చి, మిరియాలు, జీలకర్ర, శెనగపప్పు, ధనియాలు, మినప్పప్పు వేసి దోరగా వేసి దానికి కొబ్బరి తురుము కలిపి నీరుపోసి మెత్తగా మిక్సీ వేయాలి. ఇప్పుడు కాకరకాయ, ఉడికిన పప్పుకి ఈ రుబ్బిన మిశ్రమాన్ని చింతపండు రసంతీసి కలిపి తగినంత ఉప్పువేసి ఉడికించాలి. చిక్కగా ఉడికిన తరువాత నూనెలో కరివేపాకు, కొత్తిమీర, ఇంగువ, ఆవాలతో పోపు సామానుతో పోపుపెట్టి కలిపి సర్వ్ చేయాలి.అన్నంలోనే కాక చపాతీలోకి బాగుంటుంది. నూనె చాలా తక్కువగా పట్టే ఈ డిష్ వెరైటీగా వుంటుంది.

వంకాయకూర

కావలసిన పదార్థాలు

వంకాయలు	:	1/2కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	3

కారం	:	1చెంచా
ఉప్పు, నూనె	:	తగినంత
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయు విధానం

బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత తరిగిన వంకాయ,ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేసి ఉప్పు, పసుపు వేపి మగ్గనివ్వాలి. ఉడికి దగ్గరికి వచ్చిన తర్వాత కారం వేసి బాగా కలబెట్టి దింపాలి.

సాంబారు

కావలసినపదార్థములు:

కందిపప్పు	:	ఒక కప్పు
		(15ని॥లు ముందుగా నానపెట్టాలి)
ఉల్లిపాయలు	:	తగినన్ని
టమాటాలు	:	1కప్పుముక్కలు

పోపుకి:

చింతపండు రసం పెద్ద చెంచాడు, కారం ఒకస్పూను, పసుపు చిటికెడు, కరివేపాకు, ఎండుమిర్చి, రెండుచెంచాల సాంబారుపొడి, చిటికెడు ఇంగువ, ఆవాలు, ఉప్పు, తగినంత ఏడుకప్పుల నీళ్లు.

తయారుచేయు విధానం:

పాత్రలో కొద్దిగా నూనె వేసి ఓవెన్‌లో అరనిముషం పాటు ఉంచాలి.వేడెక్కిన నూనెలో ఆవాలు, ఇంగువ, కరివేపాకు, కొత్తిమీర, ఎండుమిర్చి, ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి మూడు నిమిషాల పాటు ఉంచాలి. తరువాత మునక్కాయ, టమాటా ముక్కలు, నానపెట్టిన కందిపప్పు, చింతపండు రసం వేసి నీళ్లు పోయాలి. ఉప్పు వేయకుండా 10 నిమిషాలు ఉడకనివ్వాలి. చివరగా ఓవెన్‌లో 10 నిముషాలు ఉడకనివ్వాలి. చివరగా ఓవెన్‌లో నుంచి తీసే ముందు ఉప్పు, కొత్తిమీర తరుగు వేయాలి.

పెసర గారెలు

కావలసిన పదార్థములు

పెసరపప్పు	:	1డబ్బా
అల్లం ముక్క	:	1/2 అంగుళం ముక్క
పచ్చిమిర్చి	:	3లేక 4
ఉప్పు, నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

పెసరపప్పు ఒక గంట నాననిచ్చి వడగట్టి తగినంత ఉప్పువేసి మెత్తగా రుబ్బాలి. దాంట్లో నూరిన అల్లం మిర్చి ముద్దకుండా వేసి కలిపి కాగిన నూనెలో గారెల మాదిరిగా వేసి ఎర్రగా వేగిన తరువాత తీసి సర్వ్ చెయ్యాలి. దాదాపుగా మీడియం మంటమీదనే వేగనివ్వాలి.

చపాతీ-పూరీలు

కావలసిన పదార్థములు

గోధుమపిండి	:	1/2కిలో
వెన్న	:	10గ్రా
పాలు	:	1/2 కప్పు
పెరుగు	:	3 చెంచాలు
మాగిన అరటిపండు	:	1
ఉప్పు, నూనె	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం

బేసిన్‌లో గోధుమపిండి పోసి దాంట్లో వెన్న, పాలు, పెరుగు మాగిన అరటిపండు, 1చెంచానూనె, ఉప్పు వేసి బాగా పిసికి మెత్తగా గట్టిగా కలుపుకోవాలి. రెండు గంటలు నానిన తర్వాత చపాతీ లేదా పూరీ గాని చేసుకోవచ్చు. ఇలా చేస్తే చపాతీ, పూరీ చాలా రుచిగా ఉంటాయి.

కందిపొడి

కావలసిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	1 గ్లాసు
పచ్చిశెనగపప్పు	:	1/2 గ్లాసు
జీలకర్ర	:	1 స్పూన్
ఎండుమిర్చి	:	8
వెల్లుల్లి	:	2 రెబ్బలు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

నూనె లేకుండా కందిపప్పు, శెనగపప్పు, ఎండుమిర్చి (నూనెలో) విడివిడిగా వేయించుకుని జీలకర్ర, వెల్లుల్లి, ఉప్పువేసి పొడి చేసుకోవాలి.

గుమ్మడి గింజల పొడి

కావాల్సిన పదార్థాలు :

గుమ్మడిగింజలు	:	1 గ్లాసు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

ఈ గింజలను ముందు శుభ్రంగా కడిగి, పొడి గుడ్డతో తుడుచుకోవాలి. తర్వాత బాణలిలో వేసి చిట్టేదాకా వేయించుకుని, ఉప్పు కలిపి గ్రైండ్ చేసుకోవటమే.

వెజిటబుల్ సాంబారు

కావాల్సిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	2 కప్పులు
చింతపండు	:	75 గ్రా
ఆనపకాయ	:	పావుముక్క
వంకాయలు	:	2
క్యారెట్	:	2
టమోటాలు	:	4

ఉల్లిపాయలు	:	6
పచ్చిమిర్చి	:	4
ములక్కాడలు	:	2
దోసకాయలు	:	6
ముల్లంగి	:	1
తరిగిన కొత్తిమీర	:	2టీ స్పూన్లు
కారం	:	పావు టీ స్పూను
వెల్లుల్లి	:	6 గర్భాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ
ఇంగువపొడి	:	చిటికెడు
సాంబారుపొడి	:	3 టీ స్పూన్లు
నీళ్ళు	:	2 లీటర్లు
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

కందిపప్పు శుభ్రంగా కడిగి నీళ్ళుపోసి ఉడకబెట్టుకోవాలి. కూరగాయలన్నీ కడుక్కొని ముక్కలు కోసి ఉడకబెట్టాలి. కుక్కర్‌లో అయితే పప్పు వేరే గిన్నెలో వేసి ముక్కలు వేరే గిన్నెలో వేసుకుని ఉడకబెట్టండి. కూరగాయలు ఇవే వేసుకోవాలని లేదు. వేరే వెరైటీ వేసే కొలదీ సాంబారు రుచి పెరుగుతుంది. చింతపండు నీళ్ళనానబెట్టుకుని రసం తీసి ఉంచాలి. ఉడకబెట్టిన కందిపప్పులో రెండు వెల్లుల్లి రెబ్బలు వేసి మిక్సీలో త్రిప్పుకోవాలి. గిన్నెలో నీళ్ళు మిక్సీ చేసిన కందిపప్పు కలిపి స్టవ్‌మీద పెట్టి మరగనివ్వాలి. పప్పు నీళ్ళు మరుగుతున్నప్పుడు ఉడకబెట్టిన కూరగాయముక్కలన్నీ అందులో వేసుకోవాలి. కాసేపు అయ్యాక చింతపండు రసం పోసి ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసి మరగనివ్వాలి. అలా మరుగుతున్న సాంబారుపొడి వేసాక 5 ని॥లు అయ్యాక కొత్తిమీర వేసి దించుకోవాలి. వెల్లుల్లి ఇంగువతో తాలింపు పెట్టుకోవాలి.

కొబ్బరి సాంబారు

కావలసిన పదార్థాలు :

కొబ్బరికాయ	:	1
టమోటాలు	:	6

ఉల్లిపాయలు	:	4
పచ్చిమిర్చి	:	2
చింతపండు	:	25 గ్రా||
కందిపప్పు	:	125 గ్రా||
పసుపు	:	చిటికెడు
ధనియాలు	:	4 స్పూన్లు
జీలకర్ర	:	2 స్పూన్లు
మిరియాలు	:	1 టీ స్పూను
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

టమోటాలు, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలుగా తరగాలి. కొబ్బరి ముక్కలు కోసుకోవాలి. చింతపండునానబెట్టి రసం తీసుకోవాలి. కొబ్బరిముక్కలు, ధనియాలు, జీలకర్ర, ఎండుమిర్చి, మిరియాలు, ముద్దగారుబ్బుకుని జల్లెడలో కాని గుడ్డలోకాని పిండుకోని గ్లాసు నీళ్ళు పోయాలి.

ప్లెయిన్ పెసరట్టు-1వ రకం

కావలసిన పదార్థములు

ముడిపెసలు	:	1 డబ్బా,
బియ్యం	:	1/4 డబ్బా
అల్లం	:	అంగుళంముక్క
మిర్చి	:	2కాయలు
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేసే విధానము

పెసలు, బియ్యం కలిపి శుభ్రంగా కడిగి గ్రైండర్‌లో వేసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. రుబ్బేటప్పుడే అల్లం, మిర్చి, ఉప్పు కూడా మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. పెనం వేడిచేసి గరిటెడు పిండి వేసి పల్చగా ఎనిపి చుట్టూతా నూనెవేసి ఎర్రగా కాల్చి మధ్యకి మడిచి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

ప్లెయిన్ పెసరట్టు-2వ రకం

కావలసిన పదార్థములు

ముడిపెసలు	:	1 డబ్బా
బియ్యం	:	1/4 డబ్బా
లేదా బియ్యంపిండి	:	1/2 కప్పు
ఉప్పు	:	సరిపడ
అల్లంమిర్చి పేస్టు	:	1 చెంచా,
నూనె	:	సరిపడ

తయారుచేసే విధానము

ముందుగా పెసలు, బియ్యం 5 గంటలపాటు నానపెట్టి శుభ్రంగా కడిగి మిక్సీ వేసి మెత్తగా పిండి తయారు చేసుకోవాలి. దీనికి అల్లం మిర్చి పేస్టు, సరిపడ ఉప్పు కలిపి దోశెలు వేసి రెండువైపులా కాల్చి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

సొరకాయ సాంబారు

కావలిసిన పదార్థాలు :

కందిపప్పు	:	250 గ్రా
సొరకాయ	:	చిన్న ముక్క
క్యారెట్	:	1
చింతపండు	:	25 గ్రా॥
ఉల్లిపాయలు	:	4
పచ్చిమిర్చి	:	2
ములక్కాడలు	:	2
కారం	:	1/4 టీ స్పూన్
కొత్తిమీర	:	2 రెమ్మలు
పసుపు	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం :

కందిపప్పు ముందుగా కడుక్కుని, ఒకటికి రెండు పాళ్ళు నీళ్ళు పోసి ఉడకబెట్టు కోవాలి. సొరకాయ, క్యారెట్, ములక్కాడలు, ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి

తరుక్కొని విడిగా ఉడకబెట్టాలి. చింతపండు ముందుగానే నానబెట్టి ఉంచుకుని పిసికి రసం తీసుకోవాలి. ఉడకబెట్టిన కందిపప్పును మెత్తగారుబ్బుకోవాలి. గరిటెతో మెదుపుకోవచ్చు. మిక్సీ ఉంటే మిక్సీలో వేసుకోవచ్చు. ఈ మూడింటిని కలిపి పొయ్యి మీద పెట్టి ఉడికించాలి. మరుగుతున్నప్పుడు సాంబారు పొడి వెయ్యాలి. దించేసే ముందు ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసుకోవాలి. చివరగా తాలింపు పెట్టాలి. దించాక కొత్తిమీర వేసి మూతపెట్టాలి.

వేరుశనగపచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

వేరుశనగపప్పు	:	200 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	50 గ్రాములు
ఉప్పు	:	2 స్పూన్లు
పెరుగు	:	2 కప్పులు
చింతపండు	:	కొద్దిగ

తయారుచేయు విధానం:

వేరుశనగపప్పు బాణలిలో వేసి వేపాలి. బాణలిలో నూనె వేసి పచ్చిమిర్చి ఉడికించి ఉప్పు,చింతపండు వేపిన పప్పు వేసి రుబ్బాలి. బాగా నలిగాక యీ మిశ్రమాన్ని పెరుగులో కలపాలి.

మిక్చరు

కావలసిన పదార్థములు

శెనగపిండి	:	1 కిలో
బియ్యంపిండి	:	1/2 కిలో
అటుకులు	:	400 గ్రాములు
వేరుశెనగపప్పు	:	200 గ్రాములు
జీడిపప్పు	:	200 గ్రాములు
సాల్టు బిస్కెట్లు	:	1కప్పు
కారం, ఉప్పు	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	4 రెబ్బలు
నూనె	:	2 కిలోలు

తయారుచేయు విధానం

సగం శెనగపిండిని జల్లించి నీటితో కలిపి బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత బూందీ దూసి వేగిన తర్వాత పక్కన ఉంచాలి. మిగిలిన శెనగపిండి, బియ్యం పిండి, తగినంత కారం వేసి పిండిని గట్టిగా కలుపుకొని కారప్పూస గిద్దలతో అన్నీ రకముల బిళ్ళలతో దూసి వాటిని వేపి ప్రక్కన ఉంచాలి. తరువాత ఒక బేసిన్‌లోకి బూందీ, కారప్పూస రకాలు, జీడిపప్పు, అటుకులు, వేరుశనగపప్పు కూడా వేపి, బేసిన్‌లో కలపాలి. బిస్కెట్లు, ఉప్పు, కారం వేసిన కరివేపాకు కూడా వేసి మొత్తం బాగా కలిసేటట్లు కలిపి సర్వ్ చెయ్యటమే. ఇవి కూడా 10 రోజులు నిల్వ వుంటాయి.

ఎండుమిర్చి పచ్చడి

కావాల్సిన పదార్థాలు :

పండుమిర్చి	:	కిలో
చింతపండు	:	పావుకిలో
ఉప్పు	:	600 గ్రా
మెంతులు	:	100 గ్రా
ఆవాలు	:	50 గ్రా
ఎండుమిర్చి	:	15
నూనె	:	పావుకిలో
పచ్చిశెనగపప్పు	:	1 టీ స్పూన్
చాయమినప్పప్పు	:	1 టీ స్పూన్
ఆవాలు	:	1 టీ స్పూన్
వెల్లుల్లి	:	100 గ్రా

తయారుచేయు విధానం :

ఎండుమిర్చి తొడిమలు తీసి ఉప్పు వేసి దంచి జాడీలో వెయ్యాలి. చింతపండు గింజలు తీసి ముద్దచేసి జాడీలోని మిరప తొక్కు మధ్యలో ఉంచాలి. మూతపెట్టి 3 రోజులు ఊరబెట్టాలి. 3వ రోజు తీసి ఆవపిండి, మెంతిపిండి కలిపి బాగా రుబ్బాలి. తర్వాత తాలింపు వేసి జాడీలోకి తీసి దాయాలి.

శనగపొడి

కావాల్సిన పదార్థాలు:

వేయించిన శెనగపప్పు	:	1/4 కిలో
మిరపకాయలు	:	8
జీలకర్ర	:	1 స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

వేయించిన శనగపప్పు మనకు కిరాణాషాపుల్లో దొరుకుతుంది కదా! పిల్లలున్న వాళ్ళు కారం అంటారని ఎండుమిర్చి వేసుకోకుండా ఎండుమిర్చి తీసి మిగతావన్నీ కలిపి పొడి చేసుకోవాలి. ఎండుమిర్చి కూడా వేస్తే కారం కారంగా ఇంకా బావుంటుంది. అనుకోకుండా అతిథులు వస్తే ఏ దోసెలో వేసి ఈ పొడుంలో కాసిన్ని నీళ్ళు కలిపి తాలింపు వేసుకున్నా పచ్చడిగా పనికి వస్తుంది.

అప్పాలు

కావలసిన పదార్ధములు

బియ్యం	:	1కిలో
బెల్లం	:	1/2కిలో
నెయ్యి		1/2కిలో
యాలకుల పొడి	:	కొంచెం

తయారుచేయువిధానం:

బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి ఒక పొడి గుడ్డ మీద ఆరబోయాలి. బాగా ఆరిన తరువాత బియ్యాన్ని తిరగలిలో పోసి మొత్తగా విసురుకోవాలి లేదా మరకిచ్చి పిండి ఆరనిచ్చి డబ్బాలో పోసుకోవాలి. బెల్లం సన్నగా తరిగి ఒక మందపాటి గిన్నెలో వేసి, కొద్దిగా నీరు పోసి మరిగించాలి. పాకం రాగానే యాలకులపొడి వేసి, బియ్యం పిండిని కూడా ఆ పాకంలో పోసి ఉండకట్టకుండా కలుపుతూ ఉండాలి. తర్వాత బాణలిలో నెయ్యి పోసి కాగనివ్వాలి. పిండిని ఉండకట్టి గుండ్రపాటి బిస్కెట్స్‌లా వత్తి కాగిన నేతిలో వేసి వేపు వచ్చిన తర్వాత బేసిన్‌లో వేయాలి. వేడి వేడిగా తింటే రుచిగా ఉంటాయి.

మినప్పప్పు జంతికలు

కావలసిన పదార్థములు

మినపపిండి	:	1 డబ్బా
బియ్యం పిండి	:	2 డబ్బాలుకారం
ఉప్పు	:	సరిపడినంత
వాము	:	కొంచెం
నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

మినపగుండ్లను దోరగా వేపి చల్లారిన తరువాత మరపట్టించి పిండి తయారుచేసుకోవాలి. కొలత ప్రకారం బేసిన్‌లో పిండులను తీసుకొని దానికి ఉప్పు, కారం, దంచిన వాము కలిపి కొద్దిగా నూనె వేడి చేసి పోసి, కలపాలి. తరువాత తగినంత నీరుతో గట్టిగా పిండిని కలుపుకోవాలి. పొయ్యి మీద బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తరువాత చక్రాల గిద్దలతో వొత్తుకోవాలి. ఎర్రగా వేపుకొని నిల్వ ఉంచుకొని తినటమే. పిల్లలకి బలమైన, రుచికరమైన హాట్ ఇది.

కొబ్బరి పాయసం

కావలసిన పదార్థములు:

సన్నని బియ్యం	:	పావుకిలో
పాలు	:	అరలీటరు
కొబ్బరి కాయలు	:	4
బెల్లం	:	1/2 కిలో

పచ్చకర్పూరం, ఏలకులపొడి, కొంచెం సీమబాదం, కిస్‌మిస్, జీడిపప్పు వేసుకోగలిగినన్ని, కుంకుమ పువ్వు కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

బెల్లంగడ్డని సన్నగా తరిగి ఉంచాలి. సన్నని బియ్యాన్ని శుభ్రం చేసి కడిగి బుట్టకెయ్యాలి. నీరు పోయేంతవరకూ ఉంచాలి. కొబ్బరి కాయల్ని కొట్టి కోరి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చెయ్యాలి. పల్చటి బుట్టలో ఆ పేస్ట్ వేసి పాలు పిండాలి. మళ్ళీ నీరు పోసి పాలుపిండాలి. అలా ఒకటికి రెండుసార్లు చేస్తే కొబ్బరిలోని పాలన్నీ వచ్చేస్తాయి.

అలా తయారైన పాలని ఒక గిన్నెలోకి తీసి జాగ్రత్త చెయ్యాలి. సీమబాదం, కుంకుమ పువ్వుని నీళ్ళలో నానపెట్టి, నానిన బాదంపప్పును పై పొట్టు వొలిచి సన్నగా నిలువుగా చీరుకోవాలి. యాలకులను పొడి చేసుకోవాలి. జీడిపప్పు, కిస్‌మిస్‌లను దోరగా వేసి ఉంచాలి. ముందుగా నీళ్లు పోసి కొంచెం కాగిన తర్వాత కడిగిన బియ్యం పోసి ఉడుకు వచ్చిన తర్వాత పాలు పోయాలి.పాలు ఇగురుతున్నప్పుడు కొబ్బరి పాలు పోసి సన్నని సెగమీద ఒక గంటసేపు ఉడకనివ్వాలి. గరిటెతో ఎక్కువసార్లు తిప్పటం వలన ముద్ద అవకుండా ఉడుకుతుంది. గంట తరువాత పాయసం చిక్కగా అవుతుంది. ఇప్పుడు తరిగి వుంచుకున్న బెల్లం వేసి ఉడకనివ్వాలి. పాకం వచ్చాక పప్పులు, యాలకులపొడి వేసి కలిపి దించి ముందు నానపెట్టి ఉంచిన కుంకుమపువ్వుని వేసి దించి ఆ తరువాత పచ్చ కర్పూరం వేసి మూత పెట్టి సర్వ్ చెయ్యాలి.

చేగోడీలు

కావలసిన పదార్థములు

బియ్యంపిండి	:	అరకిలో
పెసరపప్పు	:	1/4 కిలో
తినేసోడా	:	చిటికెడు
కారం	:	1/2 టీ స్పూను
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారు చేయు విధానం

ముందుగా పెసరపప్పుని నీళ్ళలో నానపెట్టుకోవాలి. ఒక గంట తరువాత శుభ్రంగా కడిగి నీటిని వడగట్టి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఈ పిండిని బియ్యం పిండిలో వేసి తినేసోడాని, ఉప్పుని, కారంని మరగపెట్టిన అరకప్పు నూనెని వేసి బాగా కలియబెట్టలి. మరగపెట్టిన నీళ్ళతో ఈ పిండిని ముద్దలా కలుపుకోవాలి. అరగంట సేపు నాని తరువాత చిన్న గోళీకాయంత పిండిని తీసుకొని దానిని అరచేతిలో వేసుకొని రెండవచేతి వ్రేళ్ళతో ఆ పిండిని పుల్లలాగా, సన్నగా, పొడవుగా చేసి ఆ చివరా ఈ చివరా కలిపి గుండ్రంగా రింగులా చేసి పెట్టుకోవాలి. (లేకపోతే కారప్పూస గిద్దలతో ఒకబెజ్జం వున్న బిళ్ళని ఉపయోగించి రొట్టెల పీట మీద పొడవుగా నొక్కి చాకుతో అంగుళం ముక్కలు కోసుకుని ఆ ముక్కల్ని గుండ్రంగా చేసుకోవచ్చు కూడా) పిండంతా అలా చేసుకున్న తరువాత బూర్లె మూకుడులో నూనెని పోసి అది కాగిన

తరువాత రెడీగా వున్న వుంగరాలని కొంచెం కొంచెంగా వేసి దోరగా వేయించుకుంటే చెకోడీలు తయారైనట్లే, డబ్బాలో వేసుకుని మూతపెట్టుకుంటే చాలా రోజులు నిల్వ ఉంటాయి.

నోట్ :ఏ జంతికలయినా బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి 4 గంటలు నానపెట్టి వడగట్టి ఆరబోసి బాగా ఆరిన తరువాత బియ్యం పిండి పట్టించి ఆ పిండిని వాడాలి.

పచ్చికొబ్బరి పొడి

కావాల్సిన పదార్థాలు :

పచ్చికొబ్బరి	:	1 చిప్ప
చింతపండు	:	25 గ్రా॥
ఎండుమిర్చి	:	10
జీలకర్ర	:	1 స్పూను
శెనగపప్పు	:	1 టీ స్పూను
మినప్పప్పు	:	1 స్పూను
ఇంగువ	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

పచ్చికొబ్బరి కోరుకోవాలి. నూనె లేకుండా బాణలిలో కమ్మటి వాసన వచ్చే దాకా వేయించుకుని ఎండుమిర్చి, పప్పులు కూడా వేయించి, ఇంగువ వేసి వేపి చింతపండు ఉప్పు, జీలకర్ర, వేసి దంచుకోవాలి. ఇది వారం కంటే ఎక్కువ నిలువ వుండదు. ఎప్పటికప్పుడు చేసుకుంటేనే రుచి.

పుదీనాకు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

పుదీనాకు	:	4 కట్టలు
చింతపండు	:	కొద్దిగ
ఉప్పు	:	1 స్పూను
పచ్చిశెగనపప్పు	:	2 టీ స్పూన్లు

చాయమినప్పప్పు	:	2 టీ స్పూన్లు
ఆవాలు	:	1 స్పూను
ఎండుమిర్చి	:	6

తయారుచేయు విధానం:

పుదీనాకు కడిగి తడి ఆరాక పేపర్‌పై పరచాలి. బాణలిలో నూనె వేసి తిరగ మోత గింజలు, శెగనపప్పు, చాయమినప్పప్పు, ఎండుమిర్చివేపాలి. చివర్లో పుదీనాకు వేయాలి. చింతపండు,పుదీనాకు,తిరగమోతగింజలు,ఉప్పుమిక్సీలోబాగారుబ్బి తియ్యాలి.

అరిసెలు

కావలసిన పదార్థములు

బియ్యం	:	2 కేజీలు:
బెల్లం	:	1 1/2 కేజి
నూనె	:	1కిలో
నువ్వు పప్పు	:	100గ్రా
యాలకుల పొడి	:	సరిపడ

తయారుచేయువిధానం:

బియ్యం ఒక రోజుముందుగా నానబెట్టాలి. బాగా నానిన బియ్యాన్ని కడిగి బుట్టకి వెయ్యాలి. నీరు మొత్తం పోయేలా చూడాలి. అప్పుడు ఆ బియ్యాన్ని మెత్తని పిండిగా దంచుకోవాలి.లేదా మరకి ఇవ్వవచ్చు. తర్వాత జల్లెడ పట్టి పిండి తడి ఆరకుండా మూత పెట్టి ఉంచాలి. బెల్లాన్ని చిన్నచిన్న ముక్కలుగా ఉంచుకోవాలి. ఈ బెల్లాన్ని పొయ్యి మీద పెట్టి కొంచెం నీరు పోసి ముదురు పాకం తీసుకోవాలి.యాలకులను పొడిచేసుకుని పెట్టుకోవాలి. నువ్వు పప్పు దోరగా వేయించుకోవాలి. పాకం వచ్చిన వెంటనే యాలకులు పొడి దొరగా వేయించిన నువ్వుపప్పు, బియ్యం పిండి వేసి ఉండకట్టకుండా ఆపకుండా కలపాలి. ఇప్పుడు ఉండలు చేసుకుని గుండ్రంగా సమానంగా వత్తుకుని నూనెలో వేసి ఎర్రగా వేగనీయండి. చట్రం సహాయంతో ఒక్కొక్క అరిసెని నూనె బాగా బైటికి వచ్చేంత వరకూ వత్తి (మళ్ళీ అరిసె చిట్లకుండా) ఒక పేపరు మీద లేదా బేసిన్‌లో ఉంచి చల్లారాక డబ్బాలో పెట్టుకోవాలి.

చెక్క పకోడి

కావలసిన పదార్థములు

శెనగపిండి	:	3 డబ్బాలు
బియ్యం పిండి	:	1 1/2 డబ్బా
పచ్చిమిర్చి	:	6
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
ఉప్పు	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు
సోడా	:	చిటికెడు

తయారుచేయు విధానం

శెనగపిండి, బియ్యం పిండి శుభ్రంగా జల్లించి ఒక బేసిన్‌లో కలిపి పెట్టుకోవాలి. అల్లం, ఉప్పు, మిర్చివేసి మెత్తగా మిక్సీ పట్టీ ఒక చిన్న గిన్నెలో రసం పిండుకోవాలి.ఒక గిన్నెలో నూనె రెండు గరిటెలు పోసి మరిగిన తరువాత ఆ నూనెని శనగ, బియ్యంపిండి మిశ్రమంలో పోయాలి. తరువాత తీసిన రసం కూడా పోసి సోడా ఉప్పు కూడా వేసి అవసరమైనన్ని నీరు పోసి పూరీ పిండిలాగా కలుపుకోవాలి. కరివేపాకు తుంపి వేసి కలపాలి. చెక్కపకోడి చట్రము తీసుకుని నూనె రాసి ఉంచాలి.

బాండీలో నూనె పోసి స్టవ్ మీద పెట్టాలి. మరిగిన తర్వాత చట్రముతో పిండి పెట్టి బాండీలో నూనె మీద ఈ చట్రము పెట్టి పిండిని చేత్తో కాస్త గట్టిగా నొక్కుతూ వేస్తూంటే చిన్న కాజాల లాగా నూనెలో పడతాయి. ఎర్రగా వేగిన తరువాత తీసి వేయాలి. అలా మొత్తం పిండి చేసుకోవాలి. వారం రోజులు నిలువ ఉండే ఈ చెక్కు పకోడీని అందరూ బాగా ఇష్టపడతారు.

కారం గవ్వలు

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	2 డబ్బాలు
కారం	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం

మైదాపిండిని జల్లించి ఒక బేసిన్‌లోకి తీసుకోవాలి. దాంట్లో కారం,ఉప్పు వేసి బాగా కలిపి చిన్న గిన్నెలో రెండు గరిటలు నూనె మరగనిచ్చి పోయాలి. తగినంత నీరు పోసుకుని పూరీ పిండి గట్టిగా కలుపుకోవాలి.తరువాత చిన్న ఉసిరికాయంత ముద్దలు చేసి గవ్వల చెక్క మీద వొత్తుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత ఈ గవ్వలను వేసి ఎర్రగా వేపుకుని తీసి నిల్వ ఉంచుకోవచ్చు.

క్యాబేజి ఆవకాయ

కావలసిన పదార్థములు:

క్యాబేజి	:	2 కిలోలు
కారం	:	1/2 కిలో
ఆవాలు	:	200 గ్రాములు
ఉప్పు	:	అరకిలో
మెంతులు	:	8 స్పూన్లు
నిమ్మకాయలు	:	20
నూనె	:	1/2 కిలో

తయారుచేయు విధానం:

క్యాబేజి శుభ్రంగా కడిగి తుడిచి, బాగా ఆరబెట్టాలి.తరువాత చిన్న ముక్కలుగా కోసి ఉప్పు కలిపి జాడీలో పెట్టి 2 రోజులు ఊరనివ్వాలి. మూడో రోజు ముక్కలుతీసి కారంకలపాలి.నిమ్మకాయలు రసం, ఆవపిండి, మెంతిపొడి, వేసి కలిపి నూనె పొయ్యాలి. మళ్ళీ అన్నీకలిసేటట్లు కలుపుకుని జాడీలో పెట్టుకోవాలి. కావాల్సినప్పుడు కొద్దిగాపచ్చడి తీసుకుని తాలింపుపెట్టుకుని వాడుకోవాలి. 3నెలలు నిలువ ఉండే పచ్చడి.

మాగాయ

కావలసిన పదార్థాలు :

మామిడికాయలు	:	50
కారం	:	5 డబ్బాలు
ఉప్పు	:	5 డబ్బాలు
మెంతులు	:	పావుడబ్బా

నూనె	:	1 కేజీ
తాలింపుగింజలు,పసుపు	:	కొద్దిగా
ఇంగువ, ఆవపిండి	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం :-

మామిడికాయలు చెక్కుతీసి ముక్కలు కొయ్యాలి. ఆ ముక్కల్లో ఉప్పు, పసుపు వేసి జాడీలో పెట్టాలి. 3 రోజులు తర్వాత ముక్కలు ఊటలో నుండి తీసి పిండి ఎండబెట్టాలి. 3 రోజుల తర్వాత ఉప్పు,కారం, ఆవపిండి మెంతిపిండి అన్నీ కలిపి ఊటలో వేసి ముక్కలేసి అన్నీ కలపాలి. నూనె మరిగించి ఆవాలు, మినప్పప్పు, ఇంగువ వేసి నూనెతో సహా ఈ మిశ్రమంలో వేసి కలపాలి.

హల్వాపూరి

కావలసిన పదార్థములు

మైదాపిండి	:	1/2కిలో
బొంబాయి రవ్వ	:	2 కప్పులు
పంచదార	:	2 కప్పులు
డాల్డా (లేదా) నెయ్యి	:	100గ్రా
యాలక్కాయలపొడి	:	కొద్దిగా పచ్చ
కర్పూరం	:	చిటికెడు
నూనె	:	1/2కిలో
నీరు	:	4కప్పులు

తయారుచేయువిధానం:

బాండీలో కొంచెము డాల్డా వేడి చేసి బొంబాయి రవ్వ అందులో పోసి దోరగా వేయించాలి. వేరే బాండీలో నీళ్ళు నాలుగు కప్పులు వేసి మరిగిన వాటిలో వేగిన రవ్వ వేసి ఉడికించి మిగిలిన డాల్డా వేసి, కలుపుతూ ఉండకట్టకుండా తిప్పుతూ ఉండాలి. పచ్చకర్పూరం వేసి ముద్ద అయ్యేంత వరకు ఉడికించి డాల్డా పైకి తేలిన తర్వాత ఒక బౌల్‌లో పెట్టుకోవాలి. తరువాత ఓ బేసిన్‌లో మైదా,చిటికెడు ఉప్పు కలిపి కొద్దిగా నీళ్ళు పోస్తూ పూరీపిండిలా కలుపుకుని ఒక గంట నూనెలో తడిపి నానబెట్టాలి. తర్వాత కొద్దిగా పిండి తీసుకుని పూరీ ఉండలా చేసుకుని పీటపైలేదా బండపై వత్తి దానిలో తయారైన హల్వా చిన్న ముద్ద తీసి పెట్టి మూసివెయ్యాలి.

దానిని పూరీల మాదిరిగా వత్తి(కొంచెం మందంగా ఉంచి) నూనె వేడి చేసి వాటిని దోరగా వేయించి సర్వ్‌చెయ్యాలి. పెనంమీద అయినా చపాతీలా కొంచెం నూనె వేసుకొని కాల్చుకోవచ్చు.

జాంగ్రీలు

కావలసిన పదార్థములు

మినప్పప్పు	:	1/2కిలో
పంచదార	:	1కిలో
డాల్డా	:	1/2 కిలో మిఠాయిరంగు
రోజ్ ఎసెన్స్	:	కొంచెం

తయారుచేయువిధానం:

మినప్పప్పును గంట నానబెట్టి కడిగి గారెల పిండిలా రుబ్బాలి. కొంచెం ఎసెన్సు కలిపి ఒక గిన్నెలో పంచదార కొద్దిగా నీరు పోసి తీగపాకం వచ్చేవరకు మరగబెట్టి దించాలి. ఒక మందపు గుడ్డను తీసుకుని మధ్యలో రంధ్రం చేసి కాజాల కుట్టు మాదిరిగా గట్టిగా కుట్టాలి. బాండీలో డాల్డా పోసి మరగనివ్వాలి. రంధ్రపు గుడ్డలోకి మినపపిండిని తీసుకుని చక్రం మాదిరి జాంగ్రీలా పిండాలి. ముందు సరిగా రాకపోయినా అలవాటులో బాగా వస్తుంది. ఈ చక్రాన్ని రంగు వచ్చేదాక వేగనిచ్చి తీసి ఒక్క నిమిషం పాకంలో ముంచి తీయాలి. ఇలా మొత్తం పిండి చేసుకోవాలి. దాదాపు కిలోకి 120 పైగా వస్తాయి.

పెరుగు పాపడి

కావలసిన పదార్థములు:

ఉడికించిన ఆలుగడ్డ	:	2
బూందీ	:	5 గ్రాములు
చాట్‌మసాలా	:	కొద్దిగా
తియ్యటి పెరుగు	:	60 గ్రాములు
గోధుమపిండి	:	50 గ్రాములు
నూనె	:	తగినంత (1టీస్పూను)
గ్రీన్ చట్నీ	:	కొద్దిగా

చింతపండుచట్నీ	:	కొద్దిగా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

గోధుమపిండి కలుపుకుని చిన్న చిన్న పూరీల్లాచేసి నూనెలో వేయించు కోవాలి. ఈ పూరీలను ఒక ప్లేటులోకి తీసుకుని వీటిపై పెరుగు వేసుకోవాలి. గ్రీన్‌చట్నీ, పుదీనాచట్నీ పైన వేసి సన్నటి బూందీని కూడాచల్లాలి. ఉడికించిన చితిపిన ఆలుగడ్డ కూడా వేసి, పైన చాట్ మసాలా చల్లాలి. నిమ్మరసం చల్లిపైన కొత్తిమీర ఆకులతో అలకరించి సర్వ్ చెయ్యండి.

రవ్వకేసరి

కావలసిన పదార్థములు

బొంబాయిరవ్వ	:	1/4కిలో
పంచదార	:	1/4కిలో
నెయ్యి	:	500గ్రా
మిఠాయిరంగు	:	కొంచెం
జీడిపప్పు	:	తగినన్ని

తయారుచేయువిధానం:

రవ్వ కొలిచి దానికి మూడింతలు నీరు గిన్నెలో పోసి మరగనివ్వాలి. రవ్వను శుభ్రపరచి మరిగిన నీటిలో మిఠాయిరంగు, పంచదార వేసి బాగా కాగిన తరువాత బొంబాయిరవ్వ పోసి ఉండలు కట్టకుండా పోసేటప్పుడు బాగా కలియతిప్పాలి. తరువాత నెయ్యి వెయ్యాలి. గట్టిగా అయిన తరువాత పళ్ళానికి నెయ్యి రాసి దాంట్లో ఈ కేసరిని పోసి చల్లార్చాలి. అక్కడక్కడ వేపిన జీడిపప్పుల్ని అందంగా అమర్చి ముక్కలు కట్ చేసుకుని తినటమే. ముక్కలుగా ఇష్టపడకపోతే వేపిన జీడిపప్పు కేసరిలో వేసి వేడి వేడిగా గిన్నెలో పెట్టి సర్వ్ చెయ్యడమే.

గోరుచిక్కుడు పులుసుకూర

కావలసిన పదార్థాలు :

గోరుచిక్కుడు	:	1/4 కిలో
చింతపండు	:	50 గ్రా॥

ఉల్లిపాయలు	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	6
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు,కారం	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

గోరుచిక్కుడుకాయలు ఈనెలు తీసి చిన్నముక్కలుగా తరగాలి. ఉల్లి,పచ్చిమిర్చి కూడా చిన్నముక్కలుగా తరగాలి. చింతపండును నీళ్ళల్లో నానబెట్టాలి. బాణలిలో నూనె వేసి తాలింపు పెట్టాక ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చిముక్కలు వేసి వేగనిచ్చి గోరుచిక్కుడు ముక్కలు కూడా వేసి వేపాక చింతపండు పులుసు పిండి పొయ్యాలి. ఇందులో పసుపు, ఉప్పు, కారం వేసి ముక్కలు మెత్తపడేంత వరకూ ఉడకబెట్టుకుని దింపుకోవాలి.

వడపప్పు

పెసరపప్పు, సెగనపప్పును సమానంగా తీసుకుని నానపెట్టి నీరు వడగట్టి అందులో తగినంత ఉప్పు, క్యారెట్ తురుము సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర, తురిమిన కొబ్బరి, చెంచాడు నిమ్మరసం, కలిపి తినేయవచ్చు లేదా పచ్చిమిరపకాయ, చిటికెడు ఆవాలు, చిటికెడు మినప్పప్పు జీలకర్ర ఇంగువ పోపు వేసి తింటే భలే పసందుగా ఉంటుంది.

చామదుంపల పులుసుకూర

కావలసిన పదార్థాలు :

చామదుంపలు	:	1/4కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	4
పసుపు	:	చిటికెడు
చింతపండు	:	పెద్ద ఉసిరికాయంత
నూనె	:	3 స్పూన్లు
ఉప్పు,కారం	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

చామదుంపలు ఉడకబెట్టి, తొక్కుతీసి, పెద్దముక్కలుగా తరుక్కోవాలి. పచ్చిమిర్చి చీలికలుగా తరుక్కోవాలి. చింతపండు నానబెట్టి రసం తీసుకోవాలి. గిన్నెలో నూనె వేసి కాగాక తాలింపు పెట్టండి. తర్వాత పచ్చిమిర్చి వేసి వేగాక ఈ ఉడకబట్టిన చామదుంపలు ముక్కలు వేసి ఒకసారి కలియత్రిప్పి పసుపు, కారం, ఉప్పు వేసి మరోసారి కలిపి చింతపండు పులుసు పోయాలి. చిక్కబడగానే ఈ పులుసు కూరను క్రిందకు దించాలి.

ఉలవచారు

కావలసిన పదార్థాలు :

చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
ఉలవనీళ్ళు	:	1 శేరు
టమాటాలు	:	3
ములక్కాయ	:	1
పచ్చిమిర్చి	:	3
ఉల్లిపాయ	:	1
కరివేపాకు	:	4 రెబ్బలు
కారం	:	1 స్పూన్
నూనె	:	2 టేబుల్ స్పూన్‌లు
తాలింపుగింజలు	:	1 టేబుల్ స్పూన్
బెల్లం	:	కొద్దిగా (మీకు ఇష్టమైతే)

తయారుచేయు విధానం :

ఈ నీళ్ళు మనకు ఉలవలు ఉడికించుకుంటే బాగా రావు. సాధారణంగా ఈ ఉలవలు జంతువుల కొరకు ఉడకబెడతారు. వాటిని మట్టి కుండలోపోసి కడిగి నీరు పోసి ఒక గుంట తవ్వి అందులోనిప్పులోవేసి ఈ కుండ పెట్టి దాని చుట్టూ గడ్డి పెడితే సాయంత్రంకి నెమ్మదిగా మెత్తగా ఉడుకుతాయి. ఈ నీళ్ళను తీసుకువచ్చి పొయ్యిమీద పెట్టి చింతపండు పులుసుచిక్కగా పిసికి పోసి (లేకపోతే చింతపండు వెయ్యవచ్చు) టమేటో ఉల్లి ఇవి అన్నీ ముక్కలు చేసి వేసి ఉప్పు, కారం బెల్లం వేసుకోవాలి. కొంతమంది దీనిని హల్వా ముక్కల మాదిరిగా మరిగించుకుంటారు.

మిరపగింజల పొడి

కావాల్సిన పదార్థాలు :

మిరపగింజలు	:	1 గ్లాసు
జీలకర్ర	:	1 స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

ఈ మిరప గింజలను బాణలిలో కమ్మని వాసన వచ్చే దాకా వేయించి ఉప్పు, జీలకర్ర వేసి గ్రైండ్ చేసుకుంటే బాగుంటుంది. కారంగా ఉంటుందను కుంటున్నారా! ఉండదండీ! ఇందులో చిన్న ఎండుకొబ్బరి ముక్క వేసుకుంటే ఇంకా బాగుంటుంది.

పచ్చిబొప్పాయి కూర

కావలసినపదార్థములు:

పచ్చిబొప్పాయి(మీడియంసైజు):		ఒకటి
తురిమినకొబ్బరి	:	2కప్పులు
తురిమిన బెల్లం	:	2 టేబుల్ స్పూన్లు
ఎండుమిర్చి	:	4(కొబ్బరినూనెలో బాగా వేయించాలి)
చింతపండు	:	ఒక టేబుల్ స్పూను
కొబ్బరినూనె	:	1 టేబుల్ స్పూను
ఉల్లిపాయ	:	ఒకటి
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

బొప్పాయి చెక్కు తీసి చిన్న సైజు ముక్కలుగా తరగాలి. కొద్దిగా నీళ్లు పోసి ఈ ముక్కల్ని మీడియం మంట మీద ఉడికించాలి. మధ్యలో బెల్లం తురుము, కొద్దిగా ఉప్పు వేసి కలపాలి. ముక్కలు మరీ ఎక్కువగా ఉడికిపోకుండా చూసుకోవాలి. కొబ్బరి, ఎండుమిర్చి, చింతపండులో కొద్దిగా నీళ్లు పోసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని

బొప్పాయి ముక్కల్లో పోసి బాగా కలపాలి. గుజ్జుకోసం అవసరమైతే కొద్దిగా నీళ్లు కలుపుకోవచ్చు. ఈ మిశ్రమాన్ని 5 నిమిషాల పాటు సన్నని సెగమీద ఉడికించాలి.

కొబ్బరినూనెను వేడిచేసి ఉల్లిపాయముక్కల్ని బంగారు రంగు వచ్చే వరకు వేగించాలి. వీటిని బొప్పాయి కూర మీదచల్లి మూతపెట్టేయాలి. కొద్దిసేపటి తరువాత మూత తీసి బాగా కలిపి వడ్డించాలి.

వేరు, శనగపప్పు పాకం

కావలసిన పదార్థములు

వేరుశనగపప్పు	:	1/2 కిలో బెల్లం (లేక)
పంచదార	:	1/2కిలో
నెయ్యి	:	3 చెంచాలు

తయారుచేయువిధానం:

వేరుశనగపప్పును వేయించి చల్లారిన తరువాత పొట్టు తీసి బద్దలు చేసి శుభ్రపరిచి పక్కన వుంచాలి. పంచదార లేక బెల్లంకు తగినంత నీరు పోసి పొయ్యి మీద పోస్తూ మంటతో పెట్టి గట్టి లేదా ముదురుపాకం వచ్చిన తరువాత వేరుశనగ బద్దల్ని పోస్తూ బాగా కలియతిప్పాలి. అప్పుడే 21/2 చెంచాల నేతిని కూడా వేసి కలియతిప్పాలి. పళ్ళానికి నెయ్యి రాసి దీనిని దాంట్లో పోసి ఆరనిచ్చి బిళ్ళలుగా కట్ చేసుకోవచ్చు. మరీ ముదురుపాకం రాకుండా చేసుకోవాలి. లేదా వేటికి వాటికి విడిపోయి ఉంటాయి. ఇదే విధంగా మరమరాలు, జీడిపప్పు, వేయించిన శనగపప్పుతో కూడి చేసుకోవచ్చు.

కొబ్బరిబూరెలు

కావలసిన పదార్థములు

కొబ్బరి కాయలు	:	2
బెల్లం	:	1కిలో
బియ్యం	:	1కిలో
యాలకుల పొడి	:	1 చెంచా
నూనె	:	1 కిలో

తయారుచేయువిధానం:

బియ్యం నానబెట్టి కడిగి వడపోసి పొడిగుడ్డమీద ఆరబెట్టాలి. ఆరిన తర్వాత దంచుకోవాలి. లేదా మరకి ఇవ్వాలి. కొబ్బరి కాయల్ని కొట్టి చిప్పలను తురుముకోవాలి. బెల్లం కూడా సన్నగా కట్ చేయలి. బెల్లంలోనీరు కలిపి పొయ్యిమీద పెట్టి పాకం పట్టాలి. పాకం వచ్చిన తర్వాత దాంట్లో బియ్యం పిండి, యాలకుల పొడి, కొబ్బరి వేసి ఉండలు రాకుండా కలుపుకోవాలి. చల్లార్చి ఉండలు చేసి కావలసిన సైజులో పీటమీద వొత్తుకుని బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత వీటిని వేసి ఎర్రగా వేగనీయాలి. ఇవి తియ్యగా కొబ్బరి తగులుతూ రుచిగా ఉంటాయి.

టొమోటో పప్పు

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటోలు	:	1/2 కిలో
కందిపప్పు	:	1 పావుకిలో డబ్బా
తాలింపు గింజలు	:	3 చెంచాలు
పచ్చిమిర్చి, ఎండుమిర్చి	:	4
కొత్తిమీర, కరివేపాకు	:	తగినంత
చింతపండు: ఉసిరికాయంత ఉప్పు, పసుపు:		తగినంత
ఉల్లిపాయలు	:	3
కారం,నూనె, ఇంగువ, వెల్లుల్లి,: తగినంత		

తయారుచేయువిధానం

అ మొదట కందిపప్పును శుభంగా కడిగి తగినన్నీ నీళ్ళు పోసుకుని దాంట్లోకి టొమోటోలు, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి తరిగి వేసి కుక్కర్‌లో పెట్టాలి. చింతపండు నానపెట్టుకోవాలి. ఉడికిన తర్వాత కుక్కర్‌లోంచి తీసి ప్రక్కన ఉంచి బాండీలో రెండు గరిటెల నూనె వేసి కాగిన తర్వాత తాలింపు గింజలు, ఎండుమిర్చి, వెల్లుల్లి, కరివేపాకు. ఇంగువ వేసి పోపు వేగిన తర్వాత ఉడికి వున్న పప్పు, కూరలను బాండీలో పోసి కలపెట్టి ఉప్పు, పసుపు, కారం వేసి చింతపండు రసం కూడా పిండి పప్పు కుతకుత ఉడుకుతున్నప్పుడు కొత్తిమీర చల్లుకుని డిష్‌లోకి తీసుకుని సర్వ్ చేయాలి. వెల్లుల్లిత

పడనివారు తాలింపులో దానిని మిగతావన్నీ వేసుకోవాలి. చింతపండు బదులు నిమ్మరసం వేసుకోవచ్చు.

పాయసం

కావలసిన పదార్ధములు

పాలు	:	1 లీటరు
సేమ్యా	:	100గ్రా
పంచదార	:	200గ్రా
యాలకులపొడి	:	1/2 చెంచా
నెయ్యి	:	1/2 గరిటె
జీడిపప్పు	:	గుప్పెడు

తయారుచేయువిధానం:

మొదట సేమ్యాని బాండీలో నెయ్యి వేసి మాడకుండా దోరగా వేపాలి.వేగిన వాసన వచ్చిన తర్వాత మరుగుతున్న పాలలో ఈ సేమ్యా వేసి ఉడికించాలి. ఉడికిన తర్వాత పొయ్యి ఆర్పి పంచదార పోసి కరిగేలా కలియదిప్పి చివరగా నేతిలో వేయించుకున్న జీడిపప్పు, యాలకులపొడి వేసి వేడి వేడిగా సర్వ్ చేస్తే అడిగి మరీ తింటారు,

రవ్వ, కజ్జికాయలు

కావలసిన పదార్ధములు

మైదా	:	1/2కిలో
పంచదార	:	1/2కిలో
నూనె	:	1/2కిలో
బొంబాయిరవ్వ	:	1/4కిలో
నువ్వుపప్పు	:	50గ్రా
జీడిపప్పు	:	100గ్రాములు
ఎండుకొబ్బరి చిప్పలు	:	రెండు
కిస్మిస్	:	కొంచెం
నెయ్యి	:	కొంచెం

తయారుచేయువిధానం:

మైదాని పూరీ పిండిలా కలుపుకుని ఒక గంటసేపు నాననివ్వాలి. పంచదారని మెత్తగా మిక్సీ వేసుకోవాలి. ఎండుకొబ్బరి చిప్పలను సన్నగా తురుముకొని నువ్వపప్పులను ఖాళీ బాండీలో వేయించి తీసుకోవాలి. కొంచెం నెయ్యి కాచి సన్నగా కట్ చేసిన జీడిపప్పు, కిస్మిస్‌లూ వేయించి తీసుకోవాలి. మిగిలిపోయిన నేతిలో బొంబాయి రవ్వను దోరగా వేయించి దానికి కొబ్బరి తురుము, నువ్వుపప్పు, వేపిన జీడిపప్పు, కిస్మిస్, పంచదార అన్నీ కలిపిఉంచాలి. కలిపి ఉంచిన మైదా పిండిని కొంచెం ముద్ద చేసుకొని కజ్జికాయ పీట సైజులో పట్టి పూరీలా వత్తి దానిని కజ్జికాయపీట మీద పెట్టి మధ్యలో సరిపడినంత రవ్వ మిశ్రమాన్ని 1 లేక 2 చెంచాలు వుంచి పీట నొక్కి అంచుల్ని అదిమిపెట్టి వుంచి బైటికివచ్చిన పిండిని తీసివేసి పీట తెరిచి లోపలి కజ్జికాయను ఒక పళ్ళెంలో వుంచాలి. అలా మొత్తం పూర్తి అయిన తర్వాత నూనె మరిగించి ఒక్కొక్కటిగా నూనెలో వేసి వేయించి తీసి చల్లార్చి డబ్బాలో పెట్టుకోవాలి. ఇవి ఎక్కువ రోజులు నిలువ వుంటాయి.

సేమ్యా దధ్యోదనం

కావలసిన పదార్థములు:

సేమ్యా	:	పావుకిలో
పెరుగు	:	1 1/2 కప్పు
తాలింపుగింజలు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

గ్లాసుడు సేమియాకు మూడుగ్లాసుల నీరు కావాలి. బాణలిలో నీరుపోసి మరిగించి చిటికెడు పసుపు, ఒక స్పూను నూనె వేసి, సేమ్యా వేయాలి. అన్నంలా ఉడికించి మూడుపొంగులు రాగానే దించి చిల్లుల పళ్ళెంలో వేసి నీరు ఓడిపోనివ్వాలి. విడిగా పోపు వేసి పెరుగు, ఉప్పు, సేమ్యా, వేసి కలియబెట్టి మూతపెట్టాలి. పావుగంట తరువాత తినొచ్చు.

రసం

కావలసిన పదార్థములు :

ధనియాలు	:	50 గ్రా
జీలకర్ర	:	ఒక టీ స్పూన్
మిరియాలు	:	ఒక టీ స్పూన్
ఆవాలు	:	అర టీ స్పూన్
మెంతులు	:	అర టీ స్పూన్
టమాటాలు	:	రెండు
చింతపండు	:	నిమ్మపండు సైజు
పచ్చిమిర్చి	:	3
ఎండుమిర్చి	:	4
వెల్లుల్లిరేకలు	:	3
తిరగమాత సామాగ్రి	:	తగినంత
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
కొత్తిమీర	:	చిన్నకట్ట
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	కావలసినంత

తయారుచేయు విధానం :

బాణలిని తీసుకుని పొయ్యిపై ఉంచి కొద్దిగా నూనెను పోసి వేడి చేయాలి. ఇందులో ధనియాలు, మెంతులు, జీలకర్ర, ఆవాలు, మిరియాలువేసి వేయించాలి. చల్లారిన తర్వాత వీటిని పొడిచేయాలి. పచ్చిమిర్చి, ఎండుమిర్చితోపాటు వెల్లుల్లిని నూరుకోవాలి. ఒక గిన్నెను తీసుకుని అందులో నీటిని పోసి పై పొడిని, చింతపండు, నూరిన వెల్లుల్లి మిశ్రమాన్ని ఉప్పు, పసుపు చేర్చి పొయ్యిపై ఉంచి బాగా మరగనివ్వాలి. తర్వాత ఇందులో కరివేపాకు, కొత్తిమీరను చల్లి సాంబారుకు పెట్టిన విధంగానే తిరగమాతపెట్టి రసంలో కలపాలి. సాంబారు, రసానికి సంబంధించి కొందరు ఎప్పటికప్పుడే పొడులను తాజాగా తయారుచేసుకుని వేస్తారు. మరి కొందరు పై పొడులను ముందుగానే తయారుచేసుకుని మూత బిగువుగా వుండే సీసాలలోగాని, బాక్సులలోగాని భద్రపరుచుకుంటారు. అదేవిధంగా తీపి కావాలనుకునేవారు సాంబారు, రసంలో బెల్లంకాని పంచదార కానీ వేస్తారు.

పులగం

కావలసిన పదార్థములు:

బియ్యం	:	2 కప్పులు
పెసరరపప్పు	:	1 కప్పు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
నూనె	:	50 గ్రాములు
తాలింపుగింజలు	:	2 చెంచాలు
ఎండుమిర్చి	:	4

తయారుచేయు విధానం:

బియ్యం రెండు సార్లు కడిగి స్టౌ మీద పెట్టి ఉంచాలి. కొద్దిగా నీరు ఉందనుకున్నప్పుడు పెసరపప్పును కడిగి దాంట్లో వేయండి(కుక్కర్‌లో అయితే రెండూ కలిపి అయినా లేదా విడివిడిగా అయినా పెట్టుకోవచ్చును). బాండీలో నూనె వేసి కాగిన తరువాత ఎండుమిర్చి, తాలింపుగింజలు వేసి ఈ ఉడికిన అన్నాన్ని దాంట్లో వేసిఉప్పు కలిపి నివేదన చేయవచ్చు.

రవ్వలడ్డు

కావలసిన పదార్థములు

బొంబాయిరవ్వ	:	1/2కిలో
కొబ్బరికాయ	:	1
పంచదార	:	3/4 కిలో
నెయ్యి	:	1/2 గిన్నె
యాలక్కాయపొడి	:	1చెంచా
జీడిపప్పు	:	తగినన్ని
పాలు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయువిధానం:

బొంబాయిరవ్వ జల్లించి బాండీలో దోరగా వేయించి పెట్టుకోవాలి. కొబ్బరి కాయను పగలకొట్టి కొబ్బరి కోరి బాండీలో దోరగా వేపాలి. తరువాత బేసిన్‌లో వేపిన బొంబాయి రవ్వ, కొబ్బరికోరు యాలకులపొడి, వేపిన జీడిపప్పు పంచదారని వేసి, పాలు

నెయ్యి పోసి బాగా కలిసేలా కలపాలి. తరువాత కొద్దిగా పాలు ముద్ద అయ్యేలా పోసి కావలసిన సైజులో ఉండలు కట్టుకోవాలి. పంచదార పంటి క్రింద తగులుతుందనుకుంటే పంచదారని మిక్సీ వేసి పొడి కలుపుకుంటే ఇంకా రుచిగాఉంటుంది.

తోటకూర పులుసుకూర

కావలసిన పదార్థాలు :

తోటకూర	:	3 కట్టలు
ఉల్లిపాయ	:	1
మెంతులు	:	1 స్పూను
పచ్చిమిర్చి	:	3
చింతపండు	:	25 గ్రా
అల్లం	:	చిన్నముక్క
నూనె	:	3 స్పూన్లు
ఉప్పు,కారం	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

తోటకూర కడిగి సన్నగా తరగాలి. అల్లం, ఉల్లిపాయలు ముక్కలుగా, పచ్చిమిర్చి చీలికలుగా తరగండి. చింతపండును నీటిలో నానబెట్టండి బాణలిలో నూనె పొయ్యకుండా మెంతులు వేసి వేపండి. తర్వాత తరిగిన తోటకూర, అల్లం, పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు వేసి ఒకసారి కలిపి చింతపండు రసం పిసికి అందులో పోసి కారం వేసి, సరిపడ నీళ్ళు పోసి ఉడకనివ్వండి. దించేసేముందు విడిగా తాలింపు పెట్టి అందులో వెయ్యండి. అన్నీ ఉడికాక దించేయ్యండి.

పూర్ణాలు(పూర్ణం బూరెలు)

కావలసిన పదార్థాములు

బియ్యం	:	1/2కిలో
మినపప్పు	:	1/4కిలో
శనగపప్పు	:	అరకిలో
బెల్లం	:	అరకిలో
నూనె	:	అరకిలో:

యాలకులపొడి	:	1/2 చెంచా

తయారుచేయువిధానం:

పూర్ణాలు వండే రోజు ముందు రాత్రి బియ్యం, మినపప్పు నానబెట్టి పొద్దుటే రెండింటిని శుభ్రంగా కడిగి మెత్తగా, గట్టిగా పిండి రుబ్బాలి. ఈ పిండిలో కొంచెం ఉప్పు పసుపు వేసి బాగా కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. పిండి మాత్రం ఏమాత్రం జారుగా అవకుండా చూసుకోవాలి. లేకపోతే పూర్ణం వేసినపుడు చిట్లినూనంతా ఖరాబవుతుంది. ఒక గిన్నెలోకి శనగపప్పు తీసుకొని కొన్ని నీళ్ళు పోసి ఉడికించాలి. ఉడికేలోపు బెల్లం గడ్డలు లేకుండా తరిగి ఉంచాలి. వుడికిన పప్పులోంచి నీళ్ళు వడకట్టి పప్పును, బెల్లం తరుగును మెత్తగా మిక్సీ వేసి ఒక పాత్రలో పోసి కలిపి మళ్ళీ సన్నని మంటతో పొయ్యి మీద పెట్టాలి. ఉడికి గట్టిగా అవుతుంది. తర్వాత యాలకులపొడుం వేయాలి. యాలకుల పొడుం వేసిన తర్వాత గరిటితో బాగా మెదిపి నిమ్మకాయ సైజంత ఉండలుగా చేసి పళ్ళెంలో ఒకదానికొకటి అంటకుండా విడివిడిగా వుంచాలి. బాండీలో నూనె పోసి కాగిన తరువాత ఒకోక్క ఉండని తీసి బియ్యం మినపప్పు కలిపి రుబ్బిన పిండిలో (కొంచెం పసుపు వేసి కలపాలి) ముంచి నూనెలో వేసి వేయించి తీసుకోవాలి. వేడి వేడిగా తింటే చాలా బాగుంటాయి.

మైసూర్ పాక్

కావలసిన పదార్ధములు

శెనగపిండి	:	2 గ్లాసులు
పంచదార	:	2 గ్లాసులు
నెయ్యి(లేదా)డాల్డా	:	వేపుడుకు తగినంత

తయారుచేయువిధానం:

శనగపిండి జల్లించి శుభ్రంగా చేసుకుని బాండీలో కొంచెం నెయ్యి వేసి దాంట్లో శనగపిండిని చాలా సన్నని మంటమీద మాడకుండా వేపుకోవాలి. ఒక గిన్నెలో పంచదార, కొంచెం నీరు పోసి పాకం రానివ్వాలి.దానిలో ఈ వేపిన పిండిని వేసి ఉండలు అవకుండా బాగా తిప్పుతూ కలపాలి. పిండి కాస్త గట్టిపడిన తరువాత కాగిన నెయ్యి పోసి మరలా అడుగంటకుండా తిప్పుతూ ఉండాలి. రెండు నిమిషాల తరువాత మళ్ళీ కాగిన నెయ్యి పోసి తిప్పితే బాగా గుల్లగా వస్తుంది. ఒక ప్లేటుకి నెయ్యి రాసి ఈ పిండిని దాంట్లో పోసి సమంగా చేసి ప్లేటుని కొంచెం ఏటవాలుగా

పెడితే ఎక్కువయిన నెయ్యి బయటకు వస్తుంది. బాగా ఆరిన తరువాత ముక్కలు కట్ చేసి తినటమే.

రాగిఅట్టు

కావలసినపదార్థములు:

రాగిపిండి	:	100 గ్రాములు
వేరుశనగపప్పు	:	20 గ్రాములు
సెనగపప్పు	:	10 గ్రాములు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	2
నూనె	:	1 చెంచా

తయారుచేయు విధానం:

వేరుశనగ పప్పు వేయించి పొడి చేసుకోవాలి. సెనగపప్పును ముందుగా నానపెట్టాలి. రాగిపిండిలో ఉల్లిపాయముక్కలు, పచ్చిమిరపకాయ ముక్కలు, సెనగపప్పు, వేరుసెనగ పొడి తగినంత ఉప్పువేసి గోరువెచ్చని నీటితో బాగా ముద్దలుగా కలపాలి. ఈ ముద్దను చిన్న ఉండలుగా చేసుకోవాలి. ఒక్కో ఉండను చేతితో గుండ్రంగా వత్తుతూ రొట్టెల్లా చేయాలి. కాలిన పెనం చుట్టూ నూనె వేసి కాల్చాలి. కాలిన తరువాత రెండో వైపుతిప్పి చుట్టూ కొంచెం నూనెవేసి కాల్చాలి.

తోటకూర పప్ప

కావలసిన పదార్థములు

కందిపప్పు	:	1 పావుకిలో
తోటకూర	:	1 పెద్దకట్ట
టొమోటో	:	2ఉల్లిపాయలు
చింతపండు	:	2 ఉసిరికాయలంత
ఎండుమిర్చి, పచ్చిమిర్చి	:	4ఉప్పు,
పసుపు, కారం, కరివేపాకు	:	తగినంత
నూనె,కొత్తిమీర,ఇంగువ	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం

అ పప్పు కడిగి దాంట్లో తోటకూరను బాగా కడిగి సన్నగా తరిగి పప్పులో వేయాలి. అలాగే టొమోటోలు, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి కూడా తరిగి(ఒక మాదిరి ముక్కలు పెద్దవి) పప్పులో వేసి కుక్కర్‌లో పెట్టి ఉడికించాలి. చింతపండు నానేయాలి. బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత ఇంగువ పోపు పెట్టి దాంట్లో ఉడికిన పప్పు వేసి ఉప్పు, పసుపు. కారం తగినంత వేసి చింతపండు రసం కూడా వేసి బాగా కలిపి కుతకుతలాడుతున్నప్పుడు దింపి సర్వ్ చేయాలి. ఇదే విధంగా తోటకూర బదులు పాలకూర, బచ్చలికూరలతో చేయవచ్చు.

కొబ్బరి పాయసం

కావలసిన పదార్థములు

సన్నని బియ్యం	:	పావు కిలో
పాలు	:	అరలీటరు
కొబ్బరి కాయలు	:	4
బెల్లం	:	1/2కిలో

పచ్చకర్పూరం, యాలకులపొడి, సీమబాదం, కిస్‌మిస్, జీడిపప్పు వేసుకోగలిగినన్ని, కుంకుమ పువ్వు కొద్దిగా...

తయారుచేయువిధానం:

బెల్లం గడ్డని సన్నగా తరిగి ఉంచాలి. సన్నని బియ్యాన్ని శుభ్రం చేసి కడిగి బుట్టకెయ్యాలి. నీరు పోయేంత వరకూ ఉంచాలి. కొబ్బరికాయల్ని కొట్టి కోరి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చెయ్యాలి. పల్చటి బుట్టలో ఆ పేస్ట్ వేసి పాలు పిండాలి. మళ్ళీ నీరు పోసి పాలుపిండాలి. అలా ఒకటికి రెండుసార్లు చేస్తే కొబ్బరిలోని పాలన్నీ వచ్చేస్తాయి. అలా తయారైన పాలని ఒక గిన్నెలోకి తీసి జాగ్రత్త చెయ్యాలి.

సీమ బాదం, కుంకుమపువ్వు నీళ్ళలో నానబెట్టి, నానిన బాదం పప్పును పై పొట్టు వొలిచి సన్నగా నిలువుగా చీరుకోవాలి. ముందుగా పొడి చేసుకోవాలి. జీడిపప్పు, కిస్‌మిస్‌లను దోరగా వేపి ఉంచాలి. ముందుగా నీళ్ళు పోసి కొంచెం కాగిన తర్వాత కడిగిన బియ్యం పోసి ఉడుకు వచ్చిన తర్వాత పాలు పోయాలి. పాలు యిగురుతున్నప్పుడు కొబ్బరిపాలు పోసి సన్నని సెగ మీద ఒక గంట సేపు ఉడకనివ్వాలి. గరిటెతో ఎక్కువసార్లు తిప్పటం వలన ముద్ద అవకుండా ఉడుకుతుంది.

గంట తరువాత పాయసం చిక్కగా అవుతుంది. ఇప్పుడు తరిగి వుంచుకున్న బెల్లం వేసి ఉడకనివ్వాలి. పాకం వచ్చాక పప్పులు, యాలకులపొడి వేసి కలిపి దించి ముందు నానబెట్టి ఉంచిన కుంకుమపువ్వుని వేసి దించి ఆ తరువాత పచ్చకర్పూరం వేసి మూత పెట్టి సర్వ్ చెయ్యాలి.

గుత్తి వంకాయ కూర

కావలసిన పదార్థములు:

వంకాయలు	:	1/2 కిలో
మినపగుండ్లు	:	25గ్రాములు
పచ్చి శెనగపప్పు	:	25 గ్రాములు
ధనియాలు	:	25 గ్రాములు
ఎండుమిర్చి	:	12
అల్లం	:	చిన్నముక్క
ఉప్పు, నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయువిధానం

అ బాండీ నూనె వేసి కాగిన తరువాత మినప్పప్పు, శెనగపప్పు వేసి తరువాత ధనియాలు, అల్లం ముక్కలు వేసి వేగిన తర్వాత మిరపకాయలు కూడా వేసి వేపుకుని చల్లార్చి, ఉప్పువేసి పొడి కొట్టుకోవాలి. పుచ్చులేని వంకాయలు తీసుకుని నీరు లేకుండా కొద్దిగా వొత్తి నూరిన పొడిని కూరుకోవాలి. బాండీలో నూనె పోసి మరిగిన తర్వాత వంకాయలను దాంట్లో ఒక్కొక్కటిగా వేసుకోవాలి. నూనెతో బాగా కలిసేటట్లుగా చేసి బాగా మగ్గనిచ్చి ఉడికిన తర్వాత వేడి వేడిగా సర్వ్ చేయ్యాలి.

రవ్వ గవ్వలు

కావలసిన పదార్థములు

మైదా	:	1/4కిలో
పాలు	:	1/2 గ్లాసు
బొంబాయి రవ్వ	:	1/4కిలో
జీడిపప్పు, బెల్లం	:	తగినంత
నూనె	:	1/4కిలో

తయారుచేయువిధానం:

మైదా, రవ్వ శుభ్రం చేసి ఉప్పు వేసి పాలు పోస్తూ పూరీ పిండిలా కలిపి గంట నానబెట్టాలి. నానిన తర్వాత గవ్వల చెక్క మీద చిన్న ఉండలుగా చేసుకొని బొటనవేలితో నొక్కి తీసి గవ్వలు తయారుచేసుకోవాలి. పొయ్యి మీద బాండీలో నూనె కాచి గవ్వలను వేయించి పక్కన ఉంచి బెల్లంతో ముదురు పాకం చేసి తయారైన గవ్వలను దాంట్లో వేసి బాగా కలిపి ఆరనిచ్చి తయారు చేసుకోవాలి.

పులిహోర

కావలసిన పదార్ధములు:

బియ్యం	:	250 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	ఎనిమిది
నూనె	:	100 గ్రాములు
చింతపండు	:	50 గ్రాములు
పోపుసామాను	:	3 చెంచాలు
కరివేపాకు	:	2 రెమ్మలు
జీడిపప్పు	:	25 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగాచింతపండును నానపెట్టి దానిని ఉడికించి ఉంచాలి. పచ్చిమిర్చి పొడవుగా సన్నగా తరిగి ఉంచుకోవాలి. ఒకటికి రెండు డబ్బాలు నీళ్ళతో పొడిగా అన్నం వండుకోవాలి. బాండీలో పోపుపెట్టి ,జీడిపప్పు వేపి దాంట్లో కరివేపాకు, పచ్చిమిర్చి వేసి ఒక నిమిషం పోపులో వేసి వేపి దింపాలి. అన్నం బేసిన్‌లో పోసి తగినంత ఉప్పు, పసుపు వేసి ఉండలు లేకుండా కలపాలి. దాంట్లో చింతపండు కలిపి తాలింపు వేసి మొత్తం కలిసేటట్లు కలిపాలి.

అరిసెలు

కావలసిన పదార్ధములు

బియ్యం	:	అరకిలో
యాలకులపొడి	:	టీస్పూన్

నువ్వులు	:	టీస్పూన్
బెల్లం	:	300గ్రాములు
నూనె/నెయ్యి	:	వేయించడానికి సరిపడా

పిండికోసం

బియ్యం కడిగి అరగంట సేపు నానబెట్టాలి. నీళ్లను వంపేసి నీడనే పొడి బట్ట మీద బియ్యాన్ని ఆరనివ్వాలి. తడి బియ్యం మూడు వంతులు ఆరినాక మిల్లు పట్టించాలి. అంతే తప్ప పొడి బియ్యాన్ని మాత్రం పిండి పట్టడానికి వాడకూడదు. బియ్యం కడిగి ఆరబెట్టే సమయం లేకపోతే బియ్యం ఓసారి కడిగి వెంటనే మిక్సీలో వేసి మెత్తగా పిండి పట్టాలి.

తయారు చేయు విదానం

మందపాటి పాత్రలో తురిమిన బెల్లం, పావుకప్పు నీళ్లు పోయాలి. బెల్లం పూర్తిగా కరిగిన తరవాత పలుచటి వస్త్రం లేదా టీ ఫిల్టర్‌తో బెల్లం నీళ్లను వడబోయాలి. ఈ నీళ్లను మళ్లీ పాత్రలో పోసి పాకం పట్టాలి. (సరైన పాకం వచ్చిందో లేదో తెలియాలంటే చిన్న ప్లేటులో చల్లటి నీళ్లు పోసి అందులో కొద్దిగా పాకాన్ని వేయాలి. దాన్ని వేళ్ళతో తీసినప్పుడు ఉండలా అయితే పాకం వచ్చినట్లే.) ఇప్పుడు పాత్రను కిందకి దించి యాలకుల పొడి వేయాలి వెంటనే బియ్యప్పిండిని కొద్దికొద్దిగా వేస్తూ ఉండలు కట్టకుండా కలుపుతుండాలి. పాకం పిండిని పీల్చుకునేవరకూ వేయాలి. చపాతీ పిండిలా అయిపోగానే ఇక పిండి వేయడం ఆపేయాలి. ఇప్పుడు పిండిని చిన్న చిన్న ముద్దలుగా చేసుకుంటూ వాటిని నెయ్యి రాసిన అరిటాకుల మీద మూడు మిల్లీమీటర్ల మందాన వేళ్లతో వత్తి నూనెలో వేయించి తీయాలి. తీసిన వెంటనే అరిసెల చెక్కలు లేదా గరిటెలతో వాటిల్లోని నెయ్యి/నూనె అంతా బయటకు వచ్చేస్తుంది.

బంగాళాదుంప మునక్కాడల పులుసు

కావలసిన పదార్థములు:

బంగాళాదుంపలు	:	250 గ్రాములు
మునగకాయలు	:	2
ఉల్లిపాయలు	:	2
జీలకర్ర	:	అరటీ స్పూను

టమాటాలు	:	రెండు
ఎండుమిర్చి	:	రుచికి సరిపడినంత
వెల్లుల్లి	:	మూడు గర్భాలు
అల్లం		చిన్న ముక్క
ధనియాలపొడి	:	సరిపడినంత
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు
కారం	:	రెండు స్పూన్లు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
చింతపండు	:	50 గ్రాములు
నూనె	:	25 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

బంగాళాదుంపలను నీళ్ళలో తరగాలి. ములక్కాయలనుకూడా ముక్కలుగా కోయాలి. అల్లం, వెల్లుల్లి,టమాటాలను ముద్దగా నూరాలి. బాండీలో నూనె వేసి వేడెక్కాక అందులో పోపు పెట్టిజీలకర్ర, ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేసి తరువాత నూరిన ముద్దను వేయాలి. అందులోముక్కలుగా కోసుకున్న బంగాళదుంపలు మునక్కాయ ముక్కలను వేసి 5 నిమిషాలువేయించాలి. తరువాత అందులోచింతపండు పులుసు,ఉప్పు,కారం, ధనియా లపొడి వేసి ఉడికించాలి. ఉడికిన తరువాత కూరను దించే ముందు కొత్తిమీరను చల్లాలి.

దద్ధోజనం

కావలసిన పదార్థములు:

కాచి తోడుపెట్టిన పెరుగు	:	4 కప్పులు
బియ్యం	:	1 డబ్బా
అల్లంతరుగు	:	1 చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	4 కాయలు
ఎండుమిర్చి	:	4 కాయలు
ఆవాలు	:	1 చెంచా
జీలకర్ర	:	1 చెంచా
చాయమినప్పప్పు	:	1 చెంచా

కరివేపాకు	:	2 రెమ్మల ఆకులు
పసుపు	:	1/4 చెంచా
ఇంగువ	:	1/2 చెంచా
నిమ్మరసం	:	1 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
జీలకర్ర పొడి	:	1/2 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
మిరియాలపొడి	:	1/4 చెంచా
కమ్మటి నెయ్యి	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి రెండింతలు నీరు పోసి ఉడికించి ప్రక్కన ఉంచాలి.సన్నగా పొడవుగా మిర్చిని కోసి వాటికి ఉప్పు పట్టించి పది నిమిషాలు ఉంచాలి.పసుపు, నిమ్మరసం, ఇంగువ కలిపి పేస్టు చేసిప్రక్కన ఉంచాలి.బాండీలో నెయ్యివేసి దాంట్లో పచ్చిశెనగపప్పు, మినప్పప్పు, ఆవాలు, జీర వేసి వేపి ఎండుమిర్చి వేసి వేపాలి.చివరగా పచ్చిమిర్చి, కరివేపాకు, అల్లం తరుగు వేసి మంట ఆర్పాలి.బేసిన్‌లో అన్నం పోసి బాగా పొడిగా చేసి ఆరపెట్టి ఉప్పు, పసుపు మిశ్రమం, జీలకర్ర పొడి, ధనియాలపొడి కరివేపాకు తుంపి జతచేసి బాగా కలిసేలా కలపాలి. ఉడికిన అన్నం ఈ పొడులతో కలిసి ఘుమ ఘుమ లాడుతుంటుంది. చల్లారిన తరువాత తాలింపు వేసి బాగా కలపాలి.చివరగా పెరుగుని వేసి బాగా కలపాలి.

బొబ్బట్లు

కావలసిన పదార్థములు:

పచ్చిశెనగపప్పు	:	1/4 కిలో
బెల్లం	:	1/4 కిలో
మైదాపిండి	:	3/4 కిలో
యాలకులపొడి	:	1/2 చెంచా
నూనె లేదా నెయ్యి	:	1/4 కిలో

తయారుచేయు విధానం:

పచ్చిశెనగపప్పు నీటిలో ఉడికించి వార్చాలి. తరువాత వాటిని పళ్ళెంలో

ఆరబోయాలి. బెల్లం తరిగి ఉంచాలి. మైదాని పూరీపిండిలా కలిపి నానపెట్టాలి. శనగపప్పుని రోట్లో దంచాలి. కొంచెం నలిగిన తరువాత తరిగిన బెల్లాన్ని కూడా కలిపి, మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. మైదా ముద్దని బాగా మర్దన చేసి కొద్దిగా పిండి తీసి పూరి సైజులో వత్తుకోవాలి. ఇప్పుడు రుబ్బిన ముద్దలోంచి ఒక చిన్న ముద్దను తీసి పూరిలా వొత్తుకున్న దాంట్లో పెట్టి మొత్తం పూరీని ఉండచుట్టినట్లు చుట్టి జాగ్రత్తగా పిండి బైటికిరాకుండా మళ్ళీ పూరీ సైజులో వొత్తుకోవాలి. ఇలా చేసుకుంటే పెనం పొయ్యిమీద పెట్టి బాగా కాలిన తరువాత నూనె లేదా నెయ్యివేసి తయారైన పూరీలావున్న వాటిని తీసి కాల్చి బొబ్బట్లు తయారు చేసుకోవాలి. తీసిన వెంటనే దాని మీద కొద్దిగా నెయ్యి రాసి ఉంచాలి.

మిక్స్‌డ్ వెజిటబుల్ కర్రీ

కావలసిన పదార్ధములు

చిన్న బంగాళదుంపలు	:	అరకేజీ
కాలిఫ్లవర్	:	చిన్నది
లేత బీన్స్	:	150గ్రా॥
పచ్చి బఠాణీ	:	ఒక చిన్న కప్పు
అల్లం	:	ఒక అంగుళం ముక్క
నూనె	:	రెండు టేబుల్ స్పూన్లు
జీలకర్ర	:	రెండు టీ స్పూన్లు
ఆవాలు	:	రెండు టీ స్పూన్లు
నువ్వులు	:	రెండు టేబుల్ స్పూన్లు
నిమ్మకాయ	:	ఒకటి
మిరియాలపొడి	:	తగినంత
కొత్తిమీర	:	ఒక కట్ట

తయారు చేయు విధానం

బంగాళదుంప తొక్క తీసి, క్యాలిఫ్లవర్‌ని చిన్న పువ్వులుగా విడదీసుకుని, బీన్స్‌ని చివరలు కత్తిరించి నిలువు సగానికి కోసి విడివిడిగా ఉప్పు వేసిన నీళ్లలో ఉడికించండి. నీళ్లను వంపేయాలి. అల్లాన్ని బాగా సన్నటి ముక్కలుగా తరగండి. ఒక పాన్‌లో నూనె వేసి అల్లం ముక్కలు నువ్వులు, ఆవాలు వేయండి. అవి కాస్త చిటపట

మన్నాక కూరగాయ ముక్కలను వేసి రెండు మూడు నిమిషాలు వేగించండి. ఆ తరువాత నిమ్మ రసాన్ని మిరియాల పొడిని వేయాలి. కొత్తిమీర కూడా వేసుకోవచ్చు. ఇది సలాడ్‌లో కూడా తినవచ్చు. సాంబారు/ రసం వలెనే అన్నంలో నంజుకుని తినవచ్చు.

సున్నుండలు

కావలసిన పదార్థములు :

మినప్పప్పు	:	3 కప్పులు
బియ్యం	:	1/2 కప్పు
పంచదార	:	3 కప్పులు
నెయ్యి	:	2 కప్పులు
జీడిపప్పు	:	4 టేబుల్ స్పూన్లు

తయారుచేయు విధానం :

మినప్పప్పు, బియ్యం దోరగా వేయించుకుని గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. మరీ మెత్తగా గ్రైండ్ చేయకూడదు. జీడిపప్పు కూడా నేతిలో వేయించుకుని పక్కన పెట్టుకోవాలి. పంచదార కూడా విడిగా గ్రైండ్ చేసి పెట్టుకోవాలి. మినపప్పు పిండి, పంచదారపొడి, జీడిపప్పు బాగా కలపాలి. ఇప్పుడు నెయ్యి పోసి కలిపి నిమ్మకాయంత పరిమాణంలో ఉండలుగా కడితే సున్నుండలు రెడీ.

–×××–

టొమాటోతో వంటలు

ధర : 50/-

పేజ్ మేకింగ్:
సరస్వతి గ్రాఫిక్స్
విజయవాడ

కాపీరైట్ పబ్లిషర్స్

ప్రథమ ముద్రణ:
జులై 2009

ముద్రణ:
రమణ ఆఫ్‌సెట్ ప్రింటర్స్
విజయవాడ

ముఖచిత్రం:
రమణ

ఈ పుస్తకం కోసం ఎన్నో జాగ్రత్తలు తీసుకోవటం జరిగింది. అయినా పొరపాట్లు దొర్లి ఉండవచ్చును. మాకు తెలిపిన మలిముద్రణలో సవరించగలము.

సరస్వతి పబ్లికేషన్

కాజా వెంకటేశ్వరరావు వీధి, అరండల్ పేట,
సహారా బ్యాంక్ ఎదుట, విజయవాడ -2.

టమోటా తోటకూర

కావలసిన పదార్ధములు

తోటకూర	:	200గ్రాములు
టమాటాలు	:	100గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	5
కారం	:	తగినంత
అల్లం	:	తగినంత
వెల్లుల్లి పేస్ట్	:	తగినంత
ధనియాలపొడి	:	తగినంత
తాలింపు గింజలు	:	తగినంత
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

a తోటకూరను శుభ్రంగా తరిగి పెట్టుకోవాలి. టమెటాలను ఉల్లిపాయలను కూడా తరిగిపెట్టుకోవాలి.

a బాండీలో నూనె వేసి కాగిన తరువాత ఎండుమిర్చి తాలింపు గింజలు వేసి వేగిన తర్వాత ఉల్లిపాయ ముక్కలు పచ్చిమిరప తరిగినవి, పసుపు వేసి కలపాలి.

a తర్వాత దీనిలో తోటకూర టమోటాలు వేసి అల్లం, పేస్ట్ చేర్చి కలపాలి.

a తర్వాత ఉప్పు కారం ధనియాలు పొడి వేసి కలిపి మూత పెట్టాలి.

a అది ఉడికిననీరు ఆవిరి అయ్యాక దించాలి.

టమోటా కొత్తిమీర పచ్చడి

కావలసిన పదార్ధములు

టమోటాలు	:	250 గ్రా
కొత్తిమీర	:	8 కట్టలు
పచ్చిమిరపకాయలు	:	7
నువ్వులు	:	3 చెంచాలు
ఉప్పు, కారం, నూనె	:	తగినంత
జీలకర్ర	:	కొద్దిగా
ఎండుమిర్చి	:	4

పోపుగింజలు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం :

a బాండీ పొయ్యి మీద పెట్టి నూనె పోసి కాగాక ఎండుమిర్చి, జీలకర్ర, నువ్వులు వేసి వేయించి పక్కన పెట్టాలి.

a బాండీలో నూనె పోసి పచ్చిమిరపకాయలు,టమోటాలను కూడా వేయించుకోవాలి.

a ముందుగా వేయించిన మిరపకాయలు, నువ్వులు, జీలకర్ర పొడిగా కొట్టుకోవాలి. వెల్లుల్లి రెబ్బలను వేసి నూరుకోవాలి.

a చివరగా కొత్తిమీర, మిర్చి, టోమోటాలని ఉప్పు వేసి నూరుకోవాలి. దాంట్లో పోపు పెట్టుకోవాలి. ఇది రైస్‌లోకి రుచిగా వుంటుంది.

టమాటా బాత్

కావలసిన పదార్థములు

బియ్యం:	250గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు:	3
టమోటాలు:	6
పచ్చిబఠాణీ గింజలు:	8
పచ్చిమిరపకాయలు:	6
గరంమసాలాపొడి:	50గ్రా
నూనె:	1టీస్పూను
నెయ్యి:	కొంచెము
కరివేపాకు:	2 రెబ్బలు
తరిగిన కొత్తిమీర:	1టేబుల్ స్పూను
పంచదార:	1/2 టేబుల్‌స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

టమోటో పైతోలు తీసి మెత్తగా నూరి గింజలను వడకట్టి తీసివేయాలి. పచ్చిమిరపకాయలు సన్నగా పొడుగ్గా తరగాలి.

ఇప్పుడు వెడల్పుగల బాణలిలో గానీ, ప్రెషర్‌పాన్‌లోగానీ, నెయ్యివేసి పొడిచేసి పోపు సామానులు వేసి వేగాక, పచ్చిమిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.

దాంట్లో ఉడికించిన బఠాణీలు, టమేటో గుజ్జు పోసి, నీళ్ళు ఇంకునంత వరకూ కలియపెడుతూ వుండాలి.

తరువాత ఉప్పు, పంచదార, గరంమసాలాపొడి అందులో కలపాలి.

సెగ తగ్గించి అందులో అన్నము వేసి వేడి అయ్యే వరకూ కలియపెట్టాలి.

సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర పైన చల్లి వేడిగా సర్వ్ చేయండి.

మరొక పద్ధతి

h టమోటాలను గుజ్జుచేయకుండా తరిగి కలపాలి.

పచ్చిమిరపకాయలు తగ్గించి 1/2 టీస్పూను కారప్పొడి కలపవచ్చును. ఆఖరులో పచ్చికొబ్బరితురుము కలపవచ్చును.

టమోటా బాత్ 2వ రకం

కావలసిన పదార్థములు

బియ్యం:	250గ్రా
ఉల్లిపాయలు:	3
టమోటాలు:	6
నూనె:	50గ్రా
ఉప్పు:	తగినంత
కరివేపాకు:	కొద్దిగా
తరిగిన కొత్తిమీర:	2 టేబుల్ స్పూన్స్

పోపుకి కావలసినవి

ఆవాలు:	1/2 టీస్పూను
మినప్పప్పు:	1/2 టేబుల్ స్పూను
శనగపప్పు:	1టీస్పూను
జీడిపప్పు ముక్కలు:	1టేబుల్ స్పూను

నూరుకోవలసినవి

తురిమిన పచ్చికొబ్బరి:	1/4కప్పు
సాంబారు ఉల్లిపాయలు:	8(పై తోలు తీయాలి)
అల్లము:	1అంగుళం ముక్క
దాల్చిన చెక్క:	ఒకముక్క
యాలకులు:	2
లవంగాలు:	2
పచ్చిమిరపకాయలు:	8
వెల్లుల్లి:	రెండు పాయలు

తయారుచేయు విధానం

h ఉల్లిపాయలను, టమోటోలు సన్నగా తరగాలి.

h బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి అన్నము బిరుసుగా వండాలి. అన్నము వెడల్పుగల పళ్ళెములో

పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లుగా కలపాలి.
వెడల్పుగల బాణలిలోగానీ, ప్రెషర్‌పాన్‌లోగానీ నూనె పోసి కాగాక పోపు పెట్టాలి.
అందులోనే ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.
దాంట్లోనే టమోటా ముక్కలు వేసి మెత్తగా ఉడికేవరకూ వేయించాలి.
వేయించిన తర్వాత అందులో నూరిన మసాలా వేసి మీడియం సెగలో కొంచెము సేపు వుంచి వేయించాలి.
దాంట్లో ఉప్పు, అన్నము కలిపి పెద్ద సెగలో అన్నము వేడి అయ్యేవరకూ కలియపెట్టాలి.
సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర, కరివేపాకు, అన్నముపైన చల్లి సర్వ్ చేయాలి.

టమోటా, వెల్లుల్లి బాత్

కావలసిన పదార్థములు

బియ్యం:	250గ్రాములు
వెల్లుల్లి:	3(పెద్దవి)
టమోటాలు:	6
జీడిపప్పు:	కొద్దిగా
నెయ్యి:	50గ్రా
నూనె:	1/4 స్పూను
పసుపుపొడి:	1/4స్పూను
ఉప్పు:	తగినంత
తురిమిన కొబ్బరి:	2టేబుల్ స్పూన్స్

పోపుకి కావలసిన పదార్థములు

ఆవాలు:	1/2 టీస్పూను
మినపప్పు:	1టీ స్పూను
శనగపప్పు:	1టీస్పూను
కరివేపాకు:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం

బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండాలి.పళ్ళెములో అన్నము చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు చూసి కలపాలి.పచ్చిమిరపకాయలు రెండుగా పొడవుగా తరుగుకోవాలి.వెల్లుల్లిపై పొట్టు వలిచి వేసి పాయలుగా చేసుకుని ఆ పాయల్ని గుండ్రంగా తరగాలి.టమోటాలను చదరంగా పెద్దముక్కలుగా తరగాలి.
h బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత కరివేపాకు, జీడిపప్పు వేయించి, పచ్చిమిరపకాయలు, వెల్లుల్లి వేసి బాగా వేయించాలి.
అందులో టమోటా ముక్కలు వేసి మెత్తగా ఉడకపెట్టాలి.
దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు,పసుపుపొడి వేసి కలిపి అన్నము వేడి అయ్యేవరకూ పొడిగా వుండేటట్లు కలియబెట్టాలి.స్టవ్ మీద నుంచి దించిన తర్వాత పైన కొబ్బరిచల్లి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

పండుమిర్చి టొమోటో

కావలసిన పదార్థములు

పండుమిర్చి	:	1/4కిలో
టొమోటో	:	1/2కిలో
చింతపండు	:	150 గ్రా॥
నూనె	:	1/4కిలో
ఎండుమిరప	:	25 గ్రా॥
ఆవాలు	:	అరకప్పు
మెంతులు	:	100 గ్రా॥
ఉప్పు	:	150 గ్రా ॥
పోపు సామాను, ఇంగువ	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం :

పండు మిరపకాయలకి తొడిమలు తీసి బాగా తుడిచి శుభ్రపరచుకోవాలి.
తడిలేకుండా చూసుకొని ఈ మిరపకాయలకు 25 గ్రా ॥ఉప్పు కలిపి రోట్లో దంచి జాడీలో పెట్టాలి. శుభ్రపరచిన టొమోటోలను ముక్కలుగా చేసి మిగతా ఉప్పు, పసుపు, కలిపి వేరు జాడీలో ఊరవెయ్యాలి.
మూడో రోజుకి ఊట తేరుతుంది. ముక్కల్ని పిండి తీసి ముక్కల్ని ఎండలో ఒక రోజంతా ఎండనివ్వాలి.
ఊటలో శుభ్రపరచిన చింతపండుని నానబెట్టాలి. ఇది కూడా ఎండలో ఉంచాలి. వేరు జాడీలో వుంచిన ఎండుమిర్చి తొక్కుని, టొమోటో ముక్కల్ని, ఊటలో వుంచిన చింతపండును కలిపి వూట నీరు పోస్తూ రుబ్బుకోవాలి. ఆవాలు, మెంతులు పిండి చేసి పచ్చట్లో కలపాలి. ఉప్పు సరిచూసుకోవాలి.
తరువాత నూనె కాచి ఎండుమిరప, ఇంగువ పొడి వేయించి చల్లారిన తరువాత పచ్చడి కలుపుకోవాలి.

టొమోటో పులుసు

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటా ముక్కలు	:	2 కప్పులు
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	2 చెంచాల ముక్కలు
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	సరిపడ

బెల్లంపొడి	:	3 చెంచాలు
కారం	:	1/2 చెంచా
చింతపండు రసం	:	2 గ్లాసులు (మీడియం పులుపుతో)
పోపుసామాను	:	1చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
కొత్తిమీర	:	1చెంచా
కరివేపాకు	:	3రెబ్బలు
ఎండుమిర్చి	:	6
నూనె	:	50 గ్రా

తయారుచేయు విధానం :

V ముందు చింతపండు పులుసు పొయ్యి మీద పెట్టి ఉడికించాలి. ఈలోగా

V బాండీలో నూనె పోసి పోపు పెట్టాలి.

V దానికి టొమోటో, ఉల్లి, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి కలపాలి.

V వేగుతున్న వీటికి ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసి కలపాలి.

V చింతపండు నీళ్ళు కాగినవి ఈ టొమోటో మిశ్రమంలో పోయాలి. బెల్లం జత చేయాలి.

V 5 నిమిషాలు ఉడికించి చిక్కబడనివ్వాలి.

V చివరగా కొత్తిమీర వేసి దించి వేడి వేడిగా రైస్‌లోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టొమోటో చారు

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటోలు	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	2
వెల్లుల్లి	:	4 గర్భాలు
చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
కరివేపాకు	:	1 రెమ్మ ఆకులు
పసుపు	:	1/4 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
పంచదార	:	1చెంచా
చారుపొడి	:	2చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	1 గుప్పెడు
నూనె	:	25 గ్రా
ఆవాలు	:	1/4 చెంచా
జీలకర్ర	:	1/4 చెంచా
మినపప్పు	:	1/4 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
ఎండుమిర్చి	:	2
కరివేపాకు	:	1 రెమ్మ ఆకులు

తయారుచేయు విధానం :

V ముందుగా టొమోటాలను అంగుళం ముక్కలుగా కట్ చేసి గిన్నెలో వేయాలి.

V దానికి సన్నగా పొడువుగా కట్ చేసిన మిర్చి జత చేయాలి.

V వెల్లుల్లి చితక్కొట్టి వేయాలి.

V ఇంక పసుపు, ఉప్పు, పంచదార, చింతపండు, చారుపొడి వేసి 2 గ్లాసుల నీరు పోసి నెయ్యి మీద పెట్టి కాగనివ్వాలి.

V నీరు కాగి పొంగు వచ్చినప్పుడు మంట తగ్గించి సిమ్‌లో పెట్టి కరివేపాకు వేసి పదినిమిషాలు పాటు మరిగించాలి.

టొమోటో ఆమ్లెట్

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటోలు	:	100గ్రా
కస్టర్డ్ పౌడర్	:	రెండు గరిటెలు
దోశెలపిండి	:	రెండు గరిటెలు
ఉప్పు	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
అల్లం	:	చిన్న ముక్క
మిరియాలపొడి	:	1/4 చెంచా
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
నూనె	:	50గ్రా

తయారు చేయు విధానం

రుబ్బిన మినప్పిండిలో పసుపు, కస్టర్డ్ పౌడర్ కలపాలి. కొద్దిగా నీరు పోసి అట్ల పిండిలా తయారు చేసుకుని దాంట్లో ఉప్పు, మిరియాల పొడి సన్నగా తరిగిన అల్లం ముక్క లేదా అల్లం పేస్ట్ కలిపి పెనం కాగిన తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని అట్టులాగా పోసి దానిమీద పచ్చిమిర్చి, టొమోటో సన్నని ముక్కలు, కొత్తిమీర ముక్కలు కూడా వేసి నూనె మూడు చెంచాలు వేసి కాలిన తర్వాత తిరగేసి కాల్చి తర్వాత వేడి వేడిగా తినాలి.

టొమోటో బజ్జీలు

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటో	:	1/4 కిలో
శెనగపిండి	:	1 డబ్బా
బియ్యంపిండి	:	5 చెంచాలు
సోడాఉప్పు	:	చిటికెడు
నూనె, ఉప్పు,	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం

ముందుగా టొమోటోలను చిన్న గుండ్రనివి తీసుకుని కడిగి తగినన్ని నీళ్ళుపోసి ఒక ఉడుకు ఉడకనిచ్చి చేయడం వల్ల పచ్చి వాసన పోతుంది.

వాటిపై తోలు తీసి వేయాలి.

ఇప్పుడు పై మాదిరిగానే పిండి కలుపుకుని నూనె కాగిన తరువాత ఒక్కొక్క టొమోటోని పిండిలో ముంచి నూనెలో వేసి వేగిన తరువాత వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా కాబూలీ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు

కాబూలీ	:	1కప్పు
టమాటాలు	:	150గ్రా
వంకాయలు	:	100గ్రా
ఉల్లిముక్కలు	:	1/2 కప్పు
అల్లం పేస్టు	:	1/2 చెంచా
వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1/2 చెంచా
గరంమసాలా	:	1/2 చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా
ధనియాలపొడి	:	3/4 చెంచా
పసుపు	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	సరిపడ
కొత్తిమీర	:	1/4 కప్పు తరుగు
నూనె	:	1/4 కప్పు

తయారుచేయు విధానం

a ముందుగా 10 గంటలసేపు శనగలు నానబెట్టి ఉంచాలి.

a కర్రీ చేసుకునే ముందు ఉల్లి, టమాటాలను సన్నగా కట్ చేసి ప్రక్కన ఉంచాలి.

a వంకాయలను తరిగి ఉప్పు నీటిలో వేసి ఉంచాలి.

a బాండీ లేదా ప్యాన్‌లో నూనె వేసి కాగిన తరువాత ఉల్లిముక్కలు వేసి2 నిమిషాలు వేపాలి.

a వేగిన వీటికి టమాటా ముక్కలు వేసి 2 నిమిషాలు వేపాలి.

a తరువాత వంకాయ ముక్కలు, శనగలు కూడా వేసి తగినంత ఉప్పు వేసి బాగా కలిపి సన్నని మంట మీద గరిటతో కలుపుతూ ఉడికించాలి.

a అవసరమైతే కొంచెం నీరు కలిపి ఉడికించాలి.

a గ్రేవీ చిక్కబడి శనగలు ఉడికిన తరువాత ఈ కర్రీని సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి పైన కొత్తిమీర చల్లి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

క్యాప్సికమ్, టమెటా పనీర్

కావలసిన పదార్థములు

క్యాప్సికమ్	:	50గ్రాములు
టోమోటో	:	50గ్రాములు
ఉల్లిపాయలు	:	50గ్రాములు
పెరుగు	:	సగం కప్పు
పనీర్	:	100గ్రాములు
కొత్తిమీర	:	చిన్నకట్ట
అల్లం,వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1టీస్పూన్
నూనె	:	50గ్రా
పచ్చిమిరపకాయలు	:	నాలుగు
ఛాట్‌మసాలా	:	చిటికెడు
కారం	:	కొద్దిగా
రెడ్ కలర్	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	తగినంత
పొదీనా	:	గుప్పెడు ఆకులు
కొత్తిమీర	:	గుప్పెడు ఆకులు

తయారుచేయు విధానం

a ముందుగా పనీర్, క్యాప్సికమ్‌ను ముక్కలుగా కట్ చేసి ఉంచుకోండి. ఉల్లిపాయలను రేకలుగా వూడదీయండి.

a సరిపడ గిన్నె తీసుకుని, అందులో కారం, అల్లం, వెల్లుల్లిపాయ మిశ్రమాన్ని,

కొత్తిమీర, పొదీనా, పచ్చిమిరపకాయను నూరగా వచ్చిన ముద్దను వేసి పెరుగు పోయండి.
బాండీలో నూనె వేసి పనీర్, క్యాప్సికమ్, ఉల్లిముక్కలు వేసి వేయించి, తరువాత నూరిన ముద్దను వేసి వేయించి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యండి.

టొమోటో పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటో	:	1/2 కిలో
చింతపండు	:	నిమ్మకాయంత
ఎండుమిర్చి	:	20
మినపగుండ్లు	:	రెండు స్పూనులు
పచ్చిశెనగపప్పు	:	రెండు స్పూనులు
ఆవాలు	:	1/2 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
పసుపు	:	తగినంత
వెల్లుల్లి	:	తగినంత
ఉప్పు	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం :

ముందుగా బాండీలో నూనె వేసి ఎండుమిర్చి తిరగమాత గింజలు ఇంగువ వేసి వేగాక పోపుని తీసి ప్రక్కన ఉంచి టొమోటోలను శుభ్రంగా కడిగి ముక్కలు చేసుకోవాలి.
తరిగిన ముక్కలను అందులో వేసి చింతపండు మునిగేటట్లు వుంచి పసుపు చల్లాలి. బాగా మగ్గిన తరువాత తీసి పక్కనపెట్టాలి.
రోట్లో వేగిన పోపును వేసి ఉప్పు వేసి దంచాలి.
తాలింపు మొత్తం బాగా నలిగిన తరువాత మగ్గిన చింతపండు టొమోటోలను వేసి మెత్తగా నూరుకొని పచ్చడి చేసుకోవాలి.
ఇది వేడి వేడి అన్నంలోకి లేదా, చపాతీలోకి చాలా రుచిగా వుంటుంది.

టొమోటో సొరకాయ చెక్కులతో పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

క్యారెట్	:	1/4 కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	పది
చింతపండు	:	కొంచెం
ఉప్పు,పసుపు	:	సరిపడినంత
నూనె	:	రెండు స్పూనులు
పోపు సామాను	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం :

క్యారెట్‌ని తురిమి వుంచుకోవాలి.
రోట్లో నానబెట్టిన చింతపండు, ఉప్పు, పసుపు, పచ్చిమిర్చి బాగా మెత్తగా నూరి క్యారెట్ తురుము కూడా వేసి కచ్చపచ్చాగా నూరాలి.
దీనికి పోపు పెట్టి కలిపితే రుచిగా ఉంటుంది.

టొమోటో తీపి చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటో	:	8
బెల్లం	:	తగినంత
మినప్పప్పు	:	1 చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	5
ఉల్లిపాయ	:	1
నూనె	:	3 స్పూన్లు
పోపు సామాను	:	తగినంత
ఉప్పు, పసుపు	:	సరిపడినంత

తయారుచేయు విధానం :

టొమోటోలను నీళ్ళలో వేసి మరిగించాలి. తొక్కుతీసినా లేక అలాగేనయినా మెత్తగా మెదిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. దీంట్లో బెల్లం కలిపి పక్కన ఉంచాలి.
గిన్నెలో ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి, ముక్కలు, కారం, ఉప్పు, పసుపు వేసి బాగా ఉడికించాలి. బాండీలో నూనె వేసి కాగిన తర్వాత తాలింపుపెట్టి దాంట్లో టొమోటో గుజ్జు, ఉల్లిపాయ ముక్కల మిశ్రమాన్ని కలిపి మూత పెట్టాలి.
దానివల్ల ఘుమ ఘుమలాడుతున్న టొమోటో తీపి చట్నీ రెడీ.

టొమోటో, దోస, ఉల్లి పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటాలు	:	2
ఉల్లిపాయ	:	1

దోసకాయ	:	1
పచ్చిమిర్చి	:	6
ధనియాలు	:	కొంచెం
మిరియాల పొడి	:	కొంచెం
నిమ్మరసం	:	తగినంత
ఉప్పు, పసుపు, నూనె	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

మొదట అన్నింటిని కడిగి దోసకాయ చెక్కుతీసి ముక్కలు చేసి ఉంచాలి.

బాండీలో నూనె వేసి పచ్చిమిర్చి ధనియాలు, మిరియాల పొడి వేసి ప్రక్కన ఉంచి మిగిలిన నూనెలో టొమోటో, ఉల్లి ముక్కలు వేసి దోరగా వేయించాలి.

రోట్లో పచ్చిమిర్చి, ధనియాలు, మిరియాలు, ఉప్పు, పసుపు దోసముక్కలు జతచేసి నూరాలి. వేసి బాగా నూరి దానికి టొమోటో మిశ్రమాన్ని కలిపి దంచాలి.

అన్నం లేక చపాతీలోకి రుచిగా ఉంటుంది. మిరియాల పొడి వాడటం వల్ల అజీర్తి పోతుంది.

టొమోటో పెరుగు చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటాలు	:	2
పెరుగు	:	1/4 లీటరు
ఉల్లిపాయ	:	1
ఉప్పు, పసుపు	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	2

తయారుచేయు విధానం :

టొమోటోలను సన్నగా తరిగి ఉంచుకోవాలి. పెరుగులో ఉప్పు, పసుపు వేసి కలిపి ప్రక్కన ఉంచాలి. బాండీలో నూనె వేసి పచ్చిమిర్చి తాలింపు గింజలు కర్వేపాకు వేసి వేపి టొమోటో ముక్కలను వేసి మగ్గనివ్వాలి. మొత్తం మిశ్రమాన్ని ఆరనిచ్చి పెరుగులో కలపాలి. ఉల్లిపాయని సన్నని ముక్కలుగా తరిగి కలుపుకోవాలి.

టొమోటో - క్యారెట్ - పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

పెరుగు	:	1/2 లీటరు
క్యారెట్	:	1కప్పుతురుము
టొమోటో	:	2 పెద్దవి
పచ్చిమిర్చి	:	3
ఉల్లిపాయలు	:	2 పెద్దవి
అల్లం	:	చిన్న ముక్క
నూనె	:	50గ్రా
ఉప్పు, పసుపు,	:	తగినంత
పోపు సామాను తగినంత	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం :

క్యారెట్ చెక్కుతీసి మిక్సీలో కొబ్బరి కోరులాగా మెత్తగా చేసుకొని ఉల్లి, మిర్చి అల్లం సన్నని ముక్కలుగా చేసుకొని ఉంచుకోవాలి.

బాండీలో నూనె వేసి పోపు కర్వేపాకు వేసి తరిగి ఉంచిన ముక్కలు వేసి కొద్దిగా వేపి కోరిన క్యారెట్ కూడా వేసి కలపాలి. టొమోటా ముక్కలు ముక్కలుగా చేసి బాండీలో మిశ్రమంతో పాటు వేసి రెండు నిమిషాలు ఉడకనిచ్చి చల్లార్చాలి.

పెరుగు కొంచెం పుల్లగా ఉండేలా చూసుకొని దాంట్లో ఉప్పు కలిపి ఉడికిన మిశ్రమాన్ని వేసి బాగా కలిపి సర్వ్ చెయ్యాలి.

అల్లం - టొమోటో పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

పెరుగు	:	1/2 లీటరు
శనగపిండి	:	1చెంచా
పచ్చిమిర్చి	:	నాలుగు
టొమోటోలు	:	2
ఉల్లిపాయ	:	1
అల్లం	:	చిన్నముక్క
పోపు సామాను	:	1 చెంచా
ఉప్పు, పసుపు	:	తగినంత.

తయారుచేయు విధానం :

టొమోటోలను కడిగి ముక్కలు చేసి ఉంచాలి. బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత ఈ ముక్కలు వేసి మగ్గనివ్వాలి. అల్లం మిర్చి రోట్లో నూరుకొని పెరుగులో టొమోటో గుజ్జుతో పాటు కలిపి ఉప్పు, పసుపు వేసి బాగా కలపాలి. చల్లార్చి ఉంచాలి.

శనగపిండి దోరగా వేయించి పెరుగులో కలపాలి. చివరగా బాండీలో తాలింపు వేసి

ఇంగువ కర్వేపాకు వేసి పెరుగులో కలిపితే రుచిగా ఉంటుంది.

గ్రీన్‌పీస్ టొమోటో పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు

పెరుగు	:	1/2 లీటరు
టొమోటో	:	2
ఉల్లిపాయలు	:	1
పచ్చిబఠాణీ	:	గుప్పెడు
శనగపిండి	:	2 చెంచాలు
నూనె	:	2 చెంచాలు
పోపు సామాను	:	తగినంత
కర్వేపాకు, ఇంగువ	:	కొంచెం

తయారు చేయు విధానం

ఉల్లిపాయ, టమోటోలను సన్నని ముక్కలుగా కట్ చెయ్యాలి.
కొంచెం నూనె తీసి కాగిన తర్వాత తరిగిన ముక్కలు, పచ్చి బఠాణి వేసి వేయించి చల్లార్చి పెరుగులో వేయాలి. చివరగా పోపు పెట్టి కలిపి కొత్తిమీర సన్నగా తరిగి పెరుగు మీద చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి. ఇష్టాన్ని బట్టి కొంచెం అల్లం, మిర్చి పేస్టు చేసి కలుపుకుంటే కొంచెం ఘాటుతో ఇంకా రుచిగా ఉంటుంది.

టొమోటో పప్పు

కావలసినవి

టొమోటోలు	:	1/2 కిలో
కందిపప్పు	:	1 పావుకిలో
తాలింపు గింజలు	:	3 చెంచాలు
పచ్చిమిర్చి	:	6
చింతపండుఉప్పు, పసుపు	:	తగినంత
ఉల్లిపాయలు	:	3
కారం,నూనె, ఇంగువ, వెల్లుల్లి,	:	తగినంత

తయారుచేయువిధానం

J మొదట కందిపప్పును శుభంగా కడిగి తగినన్నీ నీళ్ళు పోసుకుని దాంట్లోకి టొమోటోలు, ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చి తరిగి వేసి కుక్కర్‌లో పెట్టాలి.
చింతపండు నానపెట్టుకోవాలి.

ఉడికిన తర్వాత కుక్కర్‌లోంచి తీసి ప్రక్కన ఉంచి బాండీలో రెండు గరిటెల నూనె వేసి కాగిన తర్వాత తాలింపు గింజలు, ఎండుమిర్చి, వెల్లుల్లి, కరివేపాకు, ఇంగువ వేసి పోపు వేగిన తర్వాత ఉడికి వున్న పప్పు, కూరలను బాండీలో పోసి కలపెట్టి ఉప్పు, పసుపు, కారం వేసి చింతపండు రసం కూడా పిండి పప్పు కుతకుత ఉడుకుతున్నప్పుడు కొత్తిమీర చల్లుకుని డిష్‌లోకి తీసుకుని సర్వ్ చేయాలి.
వెల్లుల్లి పడనివారు తాలింపులో దానిని మిగతావన్నీ వేసుకోవాలి. చింతపండు బదులు నిమ్మరసం వేసుకోవచ్చు.

దోస, టొమోటో, ములక్కాడల కూర

కావలసిన పదార్థములు

దోసకాయలు	:	1/2కిలో
పచ్చిమిర్చి	:	ఆరు
టొమోటో	:	1/4కిలో
ఎండుమిర్చి	:	రెండు
ములక్కాడలు	:	మూడు
ఉప్పు,కారం,పసుపు	:	సరిపడినంత
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
వెల్లుల్లి	:	నాలుగు

తయారుచేయువిధానం

దోసకాయ చెక్కుతీసి చేదు లేకుండా చూసి సన్నగాముక్కలు చేసుకోవాలి.
అలాగే టొమోటో,ఉల్లి, ములక్కాడలు, పచ్చిమిర్చి, తగిన విధంగా కట్ చేయాలి.
బాండీలో నూనె వేసి వెల్లుల్లి, ఎండుమిర్చి, తాలింపుగింజలు కరివేపాకు వేయించి దోస, ఉల్లి, ములక్కాడ ముక్కలు వేసి మగ్గనివ్వాలి.
దీనికి ఉప్పు, పసుపు జోడించి ఉడికించాలి.
నీరు వచ్చి ఉడుకు పట్టిన తర్వాత టొమోటో ముక్కలు, కారం కూడా వేసి నీరంతా ఇగిరిపోయి కూర ఉడికిన తర్వాత కొత్తిమీర కూడా చల్లుకుని రైస్‌లోకి సర్వ్‌చెయ్యాలి.

బీరకాయ, టొమోటో, ములక్కాడ కూర

కావలసినవి

బీరకాయలు	:	1/2కిలో
టొమోటాలు	:	నాలుగు

ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
పచ్చిమిర్చి	:	ఐదు
నూనె	:	25 గ్రాములు
తాలింపుగింజలు	:	2చెంచాలు
పసుపు, ఉప్పు,కారం	:	సరిపడినంత
ములక్కాడలు	:	2

తయారుచేయువిధానం

మొదట బీరకాయలు తొక్కుతీసి ముక్కలు చేసి ఉంచాలి. టొమోటో, ఉల్లి, ములక్కాడలను గీరి తగినంతగా ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి. బాండీలో నూనె వేసి కాగిన తరువాత తాలింపుగింజలు, కరివేపాకు వేపి దాంట్లో ఉల్లి, మిర్చి, ములక్కాడ ముక్కలు వేసి వేపాలి. 5 నిమిషాలు వేపి బీరముక్కలు టొమోటోముక్కలు కూడా వేసి దీనికి ఉప్పు,పసుపు,కారం వేసి నీరుపోసి బాగా ఉడికిన తర్వాత దించి అన్నంలో లేదా చపాతీలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టొమోటో కర్రీ

కావలసినవి

దోర టొమోటోలు	:	1/2కిలో
పచ్చి కొబ్బరి	:	1/2 చిప్ప
పచ్చిమిర్చి	:	పదిహేను
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
పసుపు, ఉప్పు,	:	సరిపడినంత
నూనె	:	50గ్రా
పోపుగింజలు	:	3 చెంచాలు
కొత్తిమీర, కరివేపాకు	:	సరిపడినంత

తయారుచేయువిధానం

బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత పోపు పెట్టి సన్నగా తరిగిన టొమోటో ముక్కలు వేసి ఉప్పు, పసుపు, వేసి ఉడికించాలి. ఉడుకు పడుకుతున్నప్పుడు అల్లం, పచ్చిమిర్చి, కొబ్బరి మిక్సీవేసి కూరలో వేసి కూర ఉడికి దగ్గరకొచ్చి నూనె పైకి తేరుకున్నప్పుడు కొత్తిమీర చల్లి దింపి గిన్నెలోకి తీసుకుని సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమోటో పెండలం కూర

కావలసిన పదార్థములు

టొమోటాలు	:	1/4కిలో
పెండలం	:	అరకిలో
ఉల్లిపాయలు	:	4
ఎండుమిర్చి	:	4
పచ్చిమిర్చి	:	6
ఉప్పు,పసుపు, కారం	:	సరిపడినంత
కరివేపాకు	:	4 రెమ్మలు
నూనె	:	50గ్రా
మజ్జిగ	:	రెండు గ్లాసులు

తయారుచేయువిధానం

ముందుగా పెండలం శుభ్రం చేసి చెక్కుతీసి చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోసి మజ్జిగలో వేయాలి.

టొమోటో, పచ్చిమిర్చి, ఉల్లి సన్నని ముక్కలుగా తరగాలి.బాండీలో నూనెపోసి మరిగిన తర్వాత పోపు పెట్టి పచ్చిమిర్చి, ఉల్లిముక్కలు వేసిఎర్రగా వేపి తర్వాత మజ్జిగలోంచి పెండలం ముక్కలు తీసి బాండీలో వేసి వేపాలి.

కొంచెం సేపటి తర్వాత టొమోటో ముక్కలు కూడా వేసి పసుపు, ఉప్పు, కారం వేసి కొద్దిగా నీరు చల్లి బాగా కలిపి సన్నని మంటమీద మూతపెట్టి ఉడికించాలి.

ఉడికిన తర్వాత తీసి అన్నంలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టొమోటో-బఠాణీ కూర

కావలసినవి పదార్థములు

టొమోటోలు	:	1/4 కిలో
పచ్చిబఠాణీ	:	అరకప్పు
ఉల్లిపాయలు	:	2
పచ్చిమిర్చి	:	4
వెల్లుల్లి	:	2
కొత్తిమీర, కరివేపాకు	:	సరిపడినంత
ఉప్పు,పసుపు, కారం	:	సరిపడినంత
నూనె	:	1/4 కప్పు
కొత్తిమీర	:	1/2 కట్ట

తయారుచేయువిధానం

టొమోటో, ఉల్లిపాయల్ని ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. బాండీలో నూనె వేసి మరిగిన తర్వాత పోపు పెట్టి వెల్లుల్లి చిదిపి వేయాలి. తరువాత బఠాణీలు వేసి 5 నిమిషాలు పాటు వేగనివ్వాలి. తరువాత ఉల్లిముక్కలు వేసి వేగిన తరువాత టొమోటో ముక్కలు

వేసి బాగా ఉడికిన తర్వాత ఉప్పు, పసుపు, కారం చల్లి బాగా కలిపి రెండు నిమిషాలు తర్వాత దింపాలి. దింపి కూర మీద కొత్తిమీర చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టొమోటో గుత్తి కూర

కావలసిన పదార్ధములు

టోమోటో	:	అరకిలో(చిన్నవి)
ఉల్లిపాయలు	:	3
పచ్చిమిర్చి	:	4
కొబ్బరికోరు	:	1కప్పు
మైదా	:	సరిపడినంత
డాల్డా	:	100గ్రా

తయారుచేయువిధానం

టొమోటోలని పైన అరఅంగుళం కోసి లోపలి గుజ్జు అంతా తీసి రసంగిన్నెలోకి తీయాలి. ఉల్లి, మిర్చి, సన్నగా ముక్కలు చేయాలి. బాండీలో కొంచెం డాల్డా వేసి కాగిన తర్వాత ఉల్లి, మిర్చి ముక్కలు వేసి వేపి కొబ్బరికోరు కూడా వేసి సరిపడా ఉప్పు వేసి వేగగానే దింపి దీనిని టొమోటోలలో కూరి మూతకోసినదిమైదాతో తడిపి మళ్ళీ కదలకుండా అతికించాలి. డాల్డా మరిగించి తయారు చేసుకున్న టొమోటోలను ఆ పళంగానే వేసి వేయించి తీయాలి.ముద్దకో టొమోటో చొప్పున పెట్టుకుని తినాలి.

మిక్స్‌డ్ వెజిటబుల్ టొమోటో కర్రీ

కావలసిన పదార్ధములు

టొమోటాలు	:	1/2కిలో
చిక్కుడుకాయలు	:	50గ్రాములు
కాలీఫ్లవర్	:	1కప్పు పూవు
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
వంకాయలు	:	నాలుగు
వెల్లుల్లి, అల్లంముద్ద	:	2చెంచాలు
కారం,ఉప్పు,పసుపు	:	సరిపడినంత
తాలింపుగింజలు	:	2 టేబుల్ స్పూనులు

తయారుచేయువిధానం

బాండీలో పోపు పెట్టి అల్లం-వెల్లుల్లి ముద్ద వేసి వేపాలి.తరువాత టొమోటాలు తప్ప కూరలన్నీ వేసి ఒక ఉడుకు వచ్చిన తర్వాత టొమోటో ముక్కలు కూడా వేసి ఉప్పు, పసుపు, కారం వేసి బాగా మగ్గిన తరువాత కొత్తిమీర చల్లుకుని దింపి అన్నంలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టొమోటో-బఠాణీ కూర రెండవ రకం

కావలసిన పదార్ధములు

టొమోటోలు	:	1/2కిలో
పచ్చిబఠాణీ లేదా గ్రీన్‌పీస్	:	1కప్పు
ఉల్లిపాయలు	:	నాలుగు
పచ్చిమిర్చి	:	4
వెల్లుల్లి	:	4 రేకులు
కొత్తిమీర, కరివేపాకు	:	సరిపడినంత
ఉప్పు, పసుపు, కారం	:	సరిపడినంత
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయువిధానం

బఠాణీలు ఎనిమిది గంటలు నానపెట్టి ఉంచాలి.పచ్చిబఠాణి అయితే డైరెక్టుగా వాడవచ్చు. నానిన వాటిని ఉప్పు వేసి నీళ్ళల్లో ఉడకనిచ్చి వార్చి పెట్టుకోవాలి. టొమోటో ఉల్లిపాయల్ని ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి.బాండీలో నూనె వేసి మరిగిన తర్వాత పోపు పెట్టి వెల్లుల్లి చిదిపి వేయాలి.తరువాత ఉల్లిముక్కలు వేసి వేగినతర్వాత టొమోటో ముక్కలు వేసి బాగా ఉడికిన తర్వాత ఉడికిన బఠాణీలు కూడా వేసి ఉప్పు, పసుపు, కారం చల్లి బాగా ఉడికిన తర్వాత దింపాలి.దింపిన కూర మీద కొత్తిమీర చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి.

క్యాబేజి టొమోటో ఉల్లి కూర

కావలసిన పదార్ధములు

క్యాబేజి	:	3కప్పులు తరిగినది
ఉల్లిపాయలు	:	2 కప్పులు
టొమోటోలు	:	1కప్పు
గరంమసాలా	:	1/4స్పూను
అల్లం ముక్కలు	:	1/2 చెంచా
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	3 చెంచాలు
ఉప్పు, పసుపు, కారం	:	సరిపడినంత
నూనె	:	50 గ్రా

తయారుచేయువిధానం

ముందుగా నూనె కాగిన తరువాత పోపుపెట్టి ఉల్లి, మిర్చి, అల్లంముక్కలు వేపాలి. దాంట్లో క్యాబేజి, టొమోటో ముక్కలు పసుపు, ఉప్పు వేసి ఉడికించాలి. తర్వాత ధనియాలు పొడి, కారం, గరంమసాలా వేసి మూడు నిమిషాలు కలుపుతూ

వేయించాలి.
తరువాత దించి సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీసి పైన కొంచెం కొత్తిమీరచల్లి వేడిగా పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

మిక్స్‌డ్ వెజిటబుల్ టొమోటో కర్రీ రెండవ రకం

కావలసిన పదార్ధములు

టొమోటో	:	1/2 కిలో
చిక్కుడు	:	50గ్రా
కాలీఫ్లవర్	:	1కప్పు పూవు
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
వంకాయలు	:	రెండు
వెల్లుల్లి,అల్లం ముద్ద	:	2 చెంచాలు
కారం, ఉప్పు, పసుపు,పోపు	:	సరిపడినంత

తయారుచేయువిధానం

బాండీలో పోపు పెట్టి అల్లం- వెల్లుల్లి ముద్ద వేసి వేపాలి.
తరువాత కూరలన్నీవేసి ఒక ఉడుకు వచ్చిన తర్వాత టొమోటో ముక్కలు కూడా వేసి ఉప్పు, పసుపు, కారం వేసి బాగా మగ్గిన తరువాత దించి సర్వింగ్ డిష్‌లోకి తీయాలి. కొత్తిమీర చల్లుకుని దింపి అన్నంలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టొమోటో కర్రీ

కావలసిన పదార్ధములు

దోర టొమోటో	:	1/2కిలో
పచ్చికొబ్బరి	:	1/2 చిప్ప
పచ్చిమిర్చి	:	4
నూనె	:	2 గరిటెలు
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
పసుపు, ఉప్పు	:	సరిపడినంత
పోపుగింజలు	:	3 చెంచాలు
కొత్తిమీర, కరివేపాకు	:	సరిపడినంత

తయారుచేయువిధానం

బాండీలో నూనెకాగిన తర్వాత పోపుపెట్టి తరిగిన టొమోటో ముక్కలు వేసి ఉప్పు, పసుపు, వేసి ఉడికించాలి.
ఉడుకు పడుతున్నప్పుడు అల్లం, పచ్చిమిర్చి, కొబ్బరి మిక్సీ వేసి కూరలో వేసి కూర ఉడికి దగ్గరకొచ్చి నూనె పైకి తేరుకున్నప్పుడు కొత్తిమీర చల్లి దింపాలి.
గిన్నెలోకి తీసుకుని వేడి వేడి పుల్కాలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

క్యాబేజ టొమోటో ఉల్లికూర

కావలసిన పదార్ధములు

క్యాబేజి	:	3కప్పులు తరిగినది
ఉల్లిపాయలు	:	2కప్పులు
టొమోటోలు	:	1 కప్పు
గరంమసాలా	:	1/4స్పూన్లు
అల్లం ముక్కలు	:	1/2 చెంచా
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు	:	1చెంచా
ఉప్పు, పసుపు, కారం	:	సరిపడినంత
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయువిధానం

ముందుగా నూనె తరువాత పోపుపెట్టి, ఉల్లి, అల్లంముక్కలు వేపి దాంట్లో క్యాబేజి, టొమోటో ముక్కలు, పసుపు, ఉప్పు వేసి ఉడికిన తర్వాత ధనియాలపొడి కారం, గరంమసాలా వేసి మూడు నిమిషాలు కలుపుతూ వేయించి తీసి వడ్డించాలి.

కాలీఫ్లవర్ టొమోటో ఆలు కూర

కావలసినవి

కాలీఫ్లవర్	:	1పెద్ద పువ్వు
టొమోటో	:	4 పెద్దది
ఆలుగడ్డలు	:	మూడు
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా
గరంమసాలా	:	1/4 చెంచా
నెయ్యి లేదా నూనె	:	3 చెంచాలు
పొదీనా, కొత్తిమీర	:	1చెంచా
ఉప్పు, కారం, పసుసు	:	సరిపడినంత

తయారుచేయువిధానం

బాండీలో నెయ్యి కాచి పోపు, జీలకర్ర వేపి దాంట్లో క్యాలీఫ్లవర్, టొమోటో, ఆలుముక్కలు వేసి దినుసులన్నీ వేసి కొంచెం నీరు పోసి ఉడికిన తర్వాత కొత్తిమీర, పొదీనాను సన్నగా కట్ చేసినవి వేసి చివరగా గరంమసాలా వేసి రెండు నిమిషాలు ఉంచి దింపి సర్వ్ చెయ్యాలి.

కాలీఫ్లవర్, బఠాణీ, ఉల్లి, టొమోటో కూర

కావలసినవి

కాలీఫ్లవర్	:	1 పెద్దపువ్వు
బఠాణీ	:	అరకప్పు
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
టొమోటో ముక్కలు	:	1కప్పు

తయారుచేయువిధానం

దినుసులు పైన చెప్పినవి తీసుకుని పైన చెప్పిన విధంగా కూర తయారు చేసుకోవాలి.

కాలీఫ్లవర్ బఠాణి, ఉల్లి, టమోటోకూర 2వ రకం

కావలసిన పదార్థములు

కాలీఫ్లవర్	:	1పెద్దపువ్వు
బఠాణి	:	1కప్పు
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
అల్లం	:	చిన్నముక్క
జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా
గరంమసాలా	:	1/4గ్రాములు
నెయ్యి	:	1/4 కప్పు
పొదీనా, కొత్తిమీర	:	కొంచెం
ఉప్పు, కారం, పసుపు:		తగినంత
మిరియాలు	:	1/4 స్పూను

తయారుచేయు విధానం

కాలీఫ్లవర్‌ను వేడినీటిలో ఉప్పు వేసి శుభ్రంగా కడిగి పురుగులు లేకుండా చూసుకుని చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. తర్వాత ఉల్లి, టమోటో, పొదీనా, కొత్తిమీరలను శుభ్రంగా కడిగి ముక్కలుగా చేసుకోవాలి. ఒక కళాయిలో నెయ్యి కాచి జీలకర్ర వేసి దాంట్లో కాలీఫ్లవర్, టమోటా,ఉల్లిముక్కలు వేసి దినుసులన్నీ వేసి కొంచెం నీరుపోసి ఉడికిన తర్వాత నానబెట్టి ఉడికించిన బఠాణి వేయాలి. దించేముందు కట్ చేసిన కొత్తిమీర, పుదీనా వేసి రెండు నిమిషాలు ఉంచాలి.

కాలీఫ్లవర్ టొమోటా ఆలు కూర రెండవ రకం

కావలసిన పదార్థములు

కాలీఫ్లవర్	:	ఒకటి
టమోటాలు	:	4 పెద్దవి
ఆలుగడ్డలు	:	మూడు
అల్లం	:	చిన్నముక్క
జీలకర్ర	:	1/2చెంచా
గరంమసాలా	:	1/4 గ్రాములు
నెయ్యి	:	1/4కప్పు
పొదీనా,కొత్తిమీర	:	1చెంచా
ఉప్పు, పసుపు, కారం:		తగినంత
మిరియాలు	:	1/4 స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

a కాలీఫ్లవర్‌ని శుభ్రంగా ఉప్పునీటిలో కడిగి పురుగులు లేకుండా శుభ్రం చేయాలి.

a కాలీఫ్లవర్‌ను చిన్న చిన్న పువ్వులుగా కట్ చేసి ఉంచుకోవాలి. అలాగే టమోటా, ఆలు గడ్డలను చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేయ్యాలి.

టమాటా కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు:

పండిన టమాటాలు	:	16
చిక్కటి కొబ్బరిపాలు	:	2 కప్పులు
పల్చటి కొబ్బరిపాలు	:	6కప్పులు
పచ్చిమిర్చి	:	8
పసుపు	:	1/2 చెంచా
జీలకర్ర	:	2 చెంచాలు
అల్లం	:	2 అంగుళాల ముక్క
కరివేపాకు	:	2 రెమ్మల ఆకులు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
కారం	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా జీలకర్ర వేపి వుంచాలి.పచ్చిమిర్చిని పేస్టు చేసుకోవాలి.

టమాటాలు 1 నిమిషం వేడినీటిలో ఉంచితీసివేసి సన్నని ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి.

టమాటాలు, పచ్చిమిర్చి పేస్టు, సరిపడ ఉప్పు, కరివేపాకు, అల్లం, పసుపు, కారం గిన్నెలో వేసి సన్నని మంట మీద వుంచి టమాటాలు ఉడికేంత వరకు మధ్య మధ్యలో కలుపుతూ ఉడికించాలి.తరువాత పల్చటి పాలను పోసి వుడికించాలి.

మిశ్రమం చిక్కబడుతున్నప్పుడు చిక్కటిపాలు కలిపి పొయ్యి మీద నుంచి దించి పైన

జీలకర్ర, కొత్తిమీర, చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటో బాజి

కావలసిన పదార్ధములు

టమాటాలు	:	3
పచ్చిమిర్చి	:	8
చింతపండు	:	50గ్రా
బెల్లం	:	60గ్రా
వేరుశనగపప్పు	:	పావుకిలో
జీలకర్రపొడి	:	1చెంచా
గరంమసాలా	:	1/4 కప్పుతరుగు
ఉప్పు,కారం	:	సరిపడ

తయారుచేయువిధానం:

ముందుగా వేరుశనగపప్పును బాండీలో వేసి సన్నని మంట మీద వేపి తీసి పక్కన వుంచాలి. చింతపండును 1 కప్పు నీటిలో వేసి నానపెట్టి వుంచాలి.

బెల్లం కూడా కరిగించి వుంచాలి. వేపిన శనగపప్పు, మిర్చిని కలిపి మిక్సీలో వేసి పేస్టు చేసుకోవాలి. ఒక గిన్నెలో ఈ పేస్టు, బెల్లం, గరంమసాలా, జీలకర్ర పొడి, ఉప్పు, సరిపడ కారం, టమాటా ముక్కలు వేసి బాగాకలిపి ఉడికించాలి.

టమాటా ముక్కలు ఉడికి మిశ్రమం చిక్కబడుతుండగా కొత్తిమీర చల్లి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

పన్నీర్ టమాటో సూప్

కావలసిన పదార్ధములు:

టమాటాలు	:	అరకిలో
పన్నీర్	:	100గ్రా
సోయాసాస్	:	1చెంచా
వెనిగర్	:	1చెంచా
కార్న్‌ఫ్లోర్	:	1చెంచా
మోనోసోడియం గ్లూటమేట్	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు, పెప్పర్	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా మరిగే నీటిలో టమాటాలు వేసి 5 నిమిషాలు ఉంచాలి. తరువాత తొక్కుతీసి మిక్సీ వేసి మెత్తగా పేస్టు చేసుకోవాలి. పేస్టుకి సరిపడ నీరు కలిపి సన్నని మంటమీద ఉడికించాలి. మిశ్రమం ఉడికిన తరువాత కార్న్‌ఫ్లోర్‌లో కొంచెం నీరు కలిపి పేస్టు చేసి ఆ పేస్టుని ఉడికిన మిశ్రమం పోసి కలుపుతూ చిక్కగా అయ్యేంత వరకు ఉడికించాలి. మిశ్రమం చిక్కబడిన తరువాత తురిమిన ఛీజ్ వేసి దించి పైన పెప్పర్ చల్లి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా కీరసలాడ్

కావలసిన పదార్ధములు:

టమాటాలు	:	2
కీర	:	1
ఉల్లిపాయ:	:	1
పచ్చిమిర్చి	:	1
కొబ్బరిపాలు	:	6 టేబుల్ స్పూన్లు
కొబ్బరితురుము	:	2 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	గుప్పెడు తరుగు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
నిమ్మరసం	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాలను సన్నగా కట్ చేసుకోవాలి. కీర కూడా చెక్కుతీసి సన్నగా కట్ చేసుకోవాలి. మిర్చి, ఉల్లిపాయలను కూడా సన్నగా కట్ చేసుకోవాలి. బౌల్‌లో ఈ ముక్కలను వేసి వాటికి కొబ్బరిపాలు, కొబ్బరి తురుము, ఉప్పు, నిమ్మరసం జత చేసి బాగా కలిపి సలాడ్ బౌల్స్‌లో పెట్టి కొత్తిమీర చల్లాలి. ఈ బౌల్స్‌ను ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబరచి సర్వ్ చేసే ముందు తీసి కూల్‌గా సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా సలాడ్

కావలసిన పదార్ధములు

టమోటోలు	:	1/2 కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	5
నిమ్మకాయలు	:	2
ఉప్పు, పెప్పర్	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

పండిన టమోటో గట్టిగా ఉండేవి ఏరుకుని తీసుకోవాలి. వాటిని శుభ్రంగా కడిగి చక్రాలుగా తరగాలి. ఘాటు తక్కువగా వుండే ఉల్లిపాయలు కూడా సన్నగా చక్రాలుగా తరగాలి. సలాడ్ తయారు చేసుకునే ప్లేట్‌లో రెండింటిని ఒకదాని ప్రక్కన మరొకటిగా ప్లేట్‌లో అమర్చుకోవాలి. అమర్చిన వాటిపై పెప్పర్,ఉప్పు, నిమ్మరసం, కొత్తిమీర

చల్లుకోవాలి. ఇష్టముగలవారు కొంచెం కారంగానీ, మసాలాకారంగానీ, చల్లుకుని కొంచెము సేపు ఫ్రిజ్‌లో వుంచుకుని సర్వ్ చేయాలి.

టమాటా ఉల్లి సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	8
ఫ్రెంచి డ్రస్సింగ్	:	14 స్పూన్లు
మిరియాలపొడి	:	1చెంచా
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

టమోటాలను శుభ్రంగా కడిగి సన్నగా నిలువుగా ముక్కలు తరగాలి. ఉల్లిపాయలు సన్నగా నిలువుగా ముక్కలు తరగాలి. టమోటా, ఉల్లిపాయ ముక్కల్ని బౌల్‌లో వేసి వాటికి ఉప్పు, మిరియాలపొడి వేసి బాగా కలిసేలా కలిపి గంటసేపు ఫ్రిజ్‌లో వుంచాలి. సర్వ్ చేసే ముందు ఫ్రెంచి డ్రస్సింగ్ వేసి బాగా కలిపి ఇవ్వాలి.

టమాటా-ఉల్లి సలాడ్ రెండవ రకం

కావలసిన పదార్థములు:

టమోటాలు	:	1/2 కిలో
ఉల్లిపాయ తరుగు	:	1/2 కప్పు
మిరియాలపొడి	:	తగినంత
ఉప్పు,కారం, నిమ్మరసం	:	తగినంత
కొత్తిమీర	:	1/2 కప్పు

తయారుచేయు విధానం:

టమోటాలను శుభ్రంగా కడిగి గుండ్రంగా సన్నగా తరగాలి.

వాటిమీద ఉప్పు, కారం, నిమ్మరసం, మిరియాలపొడి చల్లి వాటిపై ఉల్లిపాయ సన్నగా తరిగిన ముక్కలు, సన్నగాతరిగిన కొత్తిమీర చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమోటో సూప్

టమోటోలు	:	1/2 కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	2
పచ్చిమిరపకాయలు	:	4
కొబ్బరి	:	1చిప్ప
దాల్చినచెక్క	:	2 అంగుళం ముక్క
లవంగాలు	:	5
వెన్న	:	2చెంచాలు
ఉల్లికాడలు	:	2
ఉప్పు	:	తగినంత
నెయ్యి	:	తగినంత
బ్రెడ్‌ముక్కలు	:	సరిపడా
కొత్తిమీర	:	తగినంత
పుదీనా	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

టమోటాలను శుభ్రంగా కడిగా 4 ముక్కలు తరగాలి.

ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి సన్నగా తరిగి వుంచాలి.

ఉల్లికాడలు, సన్నగా ముక్కలుగా తరగాలి.

టమోటో ముక్కలు, ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిరపకాయ, ఉల్లికాడముక్కల్ని గిన్నెలో వేసి 2 కప్పుల నీరుపోసి ఉడకనివ్వాలి.

ఉడికిన మిశ్రమం మిక్సీలో వేసి మెత్తగా అయ్యేలా చేసి, దాంట్లో కొంచెం నీరు కలిపి జ్యూస్‌లా చేసి ఆ జ్యూస్ వడకట్టి వుంచాలి.

కొబ్బరితురిమి పాలుతీసి వుంచాలి.

మందముగల గిన్నెలో ఒక చెంచా వెన్న వేసి స్టౌ మీద పెట్టి వెన్న కరిగిన తర్వాత దాంట్లో దాల్చిన చెక్క, లవంగాలు, వేసి వేగిన తరువాత వడకట్టిన టమోటో రసం పోసి దానికి కొబ్బరిపాలు కలిపి సరిపడా ఉప్పు, నీరుపోసి మరగనివ్వాలి. కుతకుతలాడుతున్నప్పుడు కొంచెంసేపుంచి తర్వాత కొత్తిమీర, పుదీనా సన్నగా తరిగినవి చల్లి కాసేపు మరగనివ్వాలి. తర్వాత దించాలి. సూప్ బౌల్‌లో పోసి పావు చెంచా చొప్పున వెన్న వేయాలి. కొంచెం నేతిలో చిన్నచిన్న బ్రెడ్‌ముక్కలు వేసి వేయించాలి. వేయించిన బ్రెడ్ ముక్కలు బౌల్‌లో వేసి వేడివేడిగా టమోటో సాస్ మరియు చిల్లీ సాస్‌లతో సర్వ్ చేయాలి.

హైబ్రీడ్ టమోటో సూప్

కావలసిన పదార్థములు:

హైబ్రీడ్ టమోటోలు	:	1/2 కిలో
దాల్చిన చెక్క	:	1 అంగుళం ముక్క
అల్లం	:	చిన్న ముక్క

పచ్చిమిరపకాయలు	:	2
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
పంచదార	:	100గ్రా
బ్రెడ్	:	1కప్పు ముక్కలు
నెయ్యి	:	4 లేక 5 చెంచాలు
ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

టమోటోలను గిన్నెలో నీళ్ళుపోసి ఉడకపెట్టాలి.

ఉడికిన టమోటోలపై తొక్కుతీసి మెత్తగా మిక్సీవేసి తీసి కొంచెం నీరు కలిపి ఉడికించాలి.

ఉడుకుతుండగా అల్లం పచ్చిమిర్చి నూరిన ముద్ద, పంచదార, ఉప్పు,కలిపి, దాల్చిన చెక్కపొడి, మిరియాలపొడి, వేసి సూప్‌లా చిక్కగా అయ్యేవరకు స్టౌవ్ మీద వుంచాలి. బాణలిలో నెయ్యివేసి కాగిన తర్వాత బ్రెడ్ ముక్కలు వేయించి అన్నీ సమంగా బౌల్‌లో సర్ది వేడివేడి పెప్పర్‌తో పాటు సర్వ్ చేయాలి.

సూప్‌లకు హైబ్రీడ్(బెంగుళూరు) టమోటోలు వాడాలి.

టమోటో వెజ్ మిక్స్ సూప్

కావలసిన పదార్థములు:

టమోటో గుజ్జు	:	3 కప్పులు
బంగాళదుంపలు	:	1
కేరట్	:	1
బ్రెడ్	:	2 ముక్కలు
మిరియాలపొడి	:	1/4 చెంచా
పంచదార	:	తగినంత
ఉప్పు	:	తగినంత
నెయ్యి:	:	2 చెంచాలు

తయారుచేయు విధానం:

కేరట్, బంగాళదుంపలను, శుభ్రంగా కడిగి పై చెక్కుతీసి ముక్కలు కోసుకోవాలి.

గిన్నెలోకి ఈ ముక్కలు వేసి టమోటో గుజ్జు, ఉప్పు, నీరు కలిపి సన్నని సెగపై వుంచాలి.వార్చిన నీటిలో పంచదార, మిరియాలపొడి వేసి పదినిమిషాలసేపు వుంచాలి. గిన్నెలో నెయ్యివేసి స్టౌమీద పెట్టి నెయ్యి కాగిన తరువాత బ్రెడ్ ముక్కలు వేసి వేయించి కాగిన సూప్‌ను బౌల్స్‌లో పోసి సూప్‌మీద బ్రెడ్ ముక్కలు చల్లి వేడిగా సాస్, పెప్పర్‌లతో సర్వ్ చేయాలి.

అల్లం, టమోటో సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు:

అల్లం	:	100గ్రా(చక్రాలుగా పలచగా తరగాలి)
టమోటాలు	:	8
పచ్చిమిరపకాయలు	:	4
ఉప్పు	:	1టీస్పూను
మిరియాలపొడి	:	1టీస్పూను
నిమ్మరసం	:	8 టేబుల్ స్పూన్లు
పుదీనా(సన్నగా కట్ చేసినది)	–	2టేబుల్ స్పూనులు

తయారుచేయు విధానం:

అల్లం ముక్కలు, నిమ్మరసం, ఉప్పు,పచ్చిమిరపకాయ సన్నగా తరిగిన ముక్కలు కలిపి వుంచాలి.టమోటోల్ని చక్రాల్లా కట్ చేసి సర్వింగ్ డిష్‌లో పేర్చి ఉప్పు వేసి మిరియాల పొడి, అల్లం చక్రాలు, పచ్చిమిరప ముక్కలు మిగిలిన నిమ్మరసం చల్లి పైన పుదీనా సన్నగా కట్ చేసినది చల్లి సర్వ్ చేయాలి.

టమోటా డ్రింక్ సూప్

కావలసిన పదార్థములు:

కార్న్‌ఫ్లోర్	:	4 టీస్పూన్లు
టమోటాలు	:	500గ్రా
బ్రెడ్	:	4 ముక్కలు
ఉప్పు	:	4 టీస్పూనులు
మిరియాలపొడి,నీరు	:	4టీస్పూన్లు
నెయ్యిలేదా వెన్న	:	100గ్రా
పంచదార	:	4 టీస్పూన్లు

తయారుచేయు విధానం:

టమోటోల్ని మెత్తగా ఉడికించి మిక్సీలో వేసిన తర్వాత వడపోసి గింజలు, పొట్టుతీసి గిన్నెలో పోసి దానికి రెండు గ్లాసులు నీరు కలిపి బాగా మరిగించాలి.

బ్రెడ్ చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసి నేతిలో వేయించి, మరిగిన టమోటో జూస్‌లో కార్న్‌ఫ్లోర్, మిరియాలపొడి, ఉప్పు వేసి మరిగించి, వెన్న, పంచదారలను కలిపి సర్వ్ చేసేముందు బ్రెడ్ ముక్కలు వేసుకోవాలి.

వేడిగా తింటే రుచిగా వుంటుంది. ఇదే ప్రకారంగా వెజిటబుల్స్, పచ్చిబఠాణీ వేసి కూడా సూప్ తయారుచేసుకోవాలి.

టమాటా మసాలా విత్ పాపడ్

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటా సన్నని ముక్కలు	:	1పెద్ద గట్టి టమాటావి
కరివేపాకు	:	4 ఆకులు
పచ్చిమిర్చి	:	1/4 చెంచా (పేస్టు)
కారం	:	1/4 చెంచా
మెంతులు	:	1/4 చెంచా
ఆవాలు	:	రుచికిసరిపడ
కొత్తిమీర	:	2 చెంచాల తురుము
వేయించిన అప్పడాలు	:	6
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాండీపెట్టి దాంట్లో50గ్రా నూనె వేసి కాగిన తరువాత ఆవాలు, మెంతులు వేసి వేపాలి.

అవి వేగిన తరువాత కరివేపాకు వేసి వేపి తరువాత వెల్లుల్లి పేస్టు, ఉల్లిపేస్టు, పచ్చిమిర్చి పేస్టు కారం వేసి బాగా కలుపుతూ 2 నిమిషాలు వేపాలి.

వేగిన వీటికి టమాటా ముక్కలు, ఉప్పు, 3 చెంచాల నీరు పోసి బాగా కలిపి ఉడికించాలి.

అవి ఉడికి నూనె బయటికి వస్తుంది.

ఈ టమాటా మిశ్రమాన్ని సమానంగా ఆరు పాపడ్‌ల మీద మధ్యలో పెట్టి పైన కొత్తిమీర చల్లి వెంటనే సర్వ్ చెయ్యాలి.

మసాలా టమోటా పెరుగు చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు:

పెరుగు	:	2 కప్పులు
ఉల్లిముక్కలు	:	3/4కప్పు
టమోటా ముక్కలు	:	1/2కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	4చెంచాల ముక్కలు
అల్లం పేస్టు	:	1/2 చెంచా
గరంమసాలా	:	చిటికెడు
కరివేపాకు	:	4ఆకులు
కొత్తిమీర	:	1చెంచా
ఛాయమినపప్పు,ఆవాలు,జీలకర్ర:		1చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
శనగపిండి	:	2చెంచాలు
నూనె	:	100 గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

బాండీలో నూనె వేసి కాగనివ్వాలి. శనగపిండి వేసి దోరగా తీయాలి.

తరువాత మిగిలిన నూనె వేయాలి. మినపప్పు, ఆవాలు, జీలకర్ర, పచ్చిమిర్చి అల్లం పేస్టు వేసి వేపాలి. వీటికి టమోటా ముక్కలు కలిపి కొంచెం ఉప్పు వేసి కలిపి మూతపెట్టి సన్నని మంట మీద రెండు నిమిషాలు ఉడికించాలి.

ఈలోగా పెరుగులో గరంమసాలా, ఉల్లిముక్కలు వేసి గరిటెతో బాగా కలపాలి.

ఉడికిన టమోటా ముక్కల మిశ్రమాన్ని 2 నిమిషాలు ఫ్యాన్ క్రింద పెట్టి చల్లార్చి పెరుగు కలపాలి. ఉప్పు సరి చూసుకోవాలి. చివరగా శనగపిండి కొత్తిమీర కూడావేసి బాగా కలిపి రైస్ లేదా రోటీలలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా పెరుగు చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు:

పెరుగు	:	2 కప్పులు
ఉల్లిముక్కలు	:	3/4 కప్పు
టమోటాముక్కలు	:	1/2 కప్పు
ఉప్పు	:	సరిపడ
మిర్చి	:	1చెంచా
తాలింపుగింజలు	:	1చెంచా
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాండీపెట్టి నూనె వేయాలి. దాంట్లో పోపుగింజలు, మిర్చి వేసి వేపి దానికి టమోటా ముక్కలు కలపాలి. ఉప్పు జత చేసి మూతపెట్టి రెండు నిమిషాలు ఉడికించాలి. ఉడికిన తరువాత తీసి చల్లారనివ్వాలి. ఈలోగా పెరుగులో ఉల్లిముక్కలు వేసి బాగా కలపాలి. ఈ పెరుగుకి టమాటా పేస్టు కలిపి వేడి వేడిగా రైస్‌లోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా క్యారెట్ రైతా

కావలసిన పదార్థములు:

టమోటా పీసెస్	:	1/2కప్పు

క్యారెట్ తురుము	:	1/2 కప్పు
పెరుగు	:	2కప్పులు
పచ్చిమిర్చిముక్కలు	:	ఒక కప్పు
కొత్తిమీర	:	2చెంచాలు
ఉప్పు	:	సరిపడ
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాండీ పెట్టి నూనె వేసి కాగనివ్వాలి.

ఆ నూనెకి క్యారెట్ తురుము, టమోటా పీసెస్ వేసి 2 నిమిషాలు కలుపుతూ వేపాలి.

దించి చల్లారనివ్వాలి. పెరుగులో పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, కొత్తిమీర వేసి బాగా కలపాలి.

చల్లారిన మిశ్రమానికి పెరుగుకి జత చేసి కలపాలి.

రోటీ, పలావులోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా పన్నీర్

కావలసిన పదార్థములు:

పన్నీర్ పీసెస్	:	1/2 కప్పు
పాలు	:	3/4 కప్పు
ఉల్లిపాయ పేస్టు	:	2 1/2 చెంచాలు
అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1చెంచా
టమాటా రసం	:	1/4 కప్పు
పంచదార	:	1చెంచా
బటర్	:	1/2 చెంచా
మెంతి ఆకులు	:	1చెంచా
పసుపు, ఉప్పు,కారం	:	తగినంత
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

ప్యాన్‌లో నూనె, బటర్ వేసి కాగనివ్వాలి.

కాగిన నూనెలో వెల్లుల్లి అల్లం పేస్టు, ఉల్లి పేస్టు వేసి బాగా కలుపుతూ వేపాలి.

తరువాత పసుపు, కారం, టమాటా రసం వేసి కలుపుతూ వేపాలి.

నూనె బయటికి వచ్చేంత వరకు వేసి చివరగా మెంతి ఆకులు, పాలు, పంచదార, పన్నీర్ పీసెస్, సరిపడ ఉప్పు వేసి సిమ్‌లో ఉంచి 3 నిమిషాలు ఉడికించి దించాలి.

టమాటా పులుసు

కావలసిన పదార్థములు

టమాటాలు	:	1కప్పు
ఉల్లిముక్కలు	:	1కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	2 చెంచా ముక్కలు
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	సరిపడ
బెల్లం	:	3 చెంచాలు
కారం	:	1/2 చెంచా
చింతపండు	:	2గ్లాసులు(మీడియం పులుపుతో)
పోపుసామాను	:	1 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
కొత్తిమీర	:	1 చెంచా
కరివేపాకు	:	4 ఆకులు
ఎండుమిర్చి	:	2
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

ముందు చింతపండు పులుసు పొయ్యి మీద పెట్టి ఉడికించాలి.

ఈలోగా బాండీలో నూనె వేసి పోపు పెట్టాలి.

దానికి టమాటా, ఉల్లి, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి వేపాలి.

వేగుతున్న వీటికి ఉప్పు,కారం, పసుపు వేసి కలపాలి.

చింతపండు నీళ్ళు కాగినవి ఈ టమాటా మిశ్రమంలో పోయాలి. బెల్లం జత చేయాలి.

5 నిమిషాలు ఉడికించి చిక్కబడనివ్వాలి.

చివరగా కొత్తిమీర వేసి దించి వేడివేడిగా రైస్‌లోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా గ్రీన్‌పీస్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థములు:

గ్రీన్‌పీస్	:	1కప్పు(ఉడికించినవి)
పాలు	:	1కప్పు
మైదా	:	1/2 చెంచా
కారం	:	1/2 చెంచా
టమాటా రసం	:	2 చెంచాలు
వేపిన జీలకర్ర పొడి	:	1/2 చెంచా

జీలకర్ర	:	1/2 చెంచా
ఇంగువ	:	చిటికెడు
ఉల్లిపేస్టు	:	3 చెంచాలు
నూనె	:	3 చెంచాలు
నిమ్మరసం	:	1చెంచా
ఉప్పు: రుచికి	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా ఒక బౌల్‌లో పాలు, మైదా, జీలకర్రపొడి, టమాటా రసం, కారం, నిమ్మరసం వేసి బాగా కలిపి ప్రక్కన వుంచాలి.

ప్యాన్‌లో నూనె వేపి కాగిన తరువాత జీలకర్ర వేసి వేపాలి.

వేగిన వీటికి ఇంగువ, ఉల్లి పేస్టు వేసి గరిటతో కలుపుతూ వేపాలి.

ఉల్లి పేస్టు వేగిన తరువాత పాలు మిశ్రమం, ఉడికించిన గ్రీన్‌పీస్, సరిపడ ఉప్పు వేసి సన్నని మంట మీద 3 నిమిషాలు ఉడికించాలి.

కర్రీ చిక్కబడిన తరువాత దించి రోటీలోకి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా-ఉల్లి సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటా సన్నని ముక్కలు:		2కప్పులు
ఉల్లిముక్కలు	:	1/2కప్పు
ఫ్రెంచి డ్రస్సింగ్	:	2 చెంచాలు
పెప్పర్	:	1/4 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

ఒక బౌల లో టమాటా, ఉల్లిముక్కలు వేయాలి.వాటికి ఉప్పు,పెప్పర్,ఫ్రెంచి డ్రెస్సింగ్ వేసి బాగా మిక్స్ చెయ్యాలి.దీనిని డీఫ్రిజ్‌లో 7 నిమిషాలు ఉంచి తీసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా సలాడ్

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు గట్టివి	:	4
మిరియాలపొడి	:	1/2 చెంచా
ఉప్పు	:	సరిపడ
కారం	:	సరిపడ
నిమ్మరసం	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాలను సన్నగా రౌండ్‌గా కట్ చెయ్యాలి.వాటిని ప్లేటులో రౌండ్‌గా అంతా పేర్చాలి. వాటి మీద ముందు ఉప్పు చల్లాలి.తరువాత కారం చల్లాలి. తరువాత మిరియాల పొడి పల్చగా చల్లాలి.చివరగా నిమ్మరసం చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి. ఈవినింగ్ స్నాక్‌గా బావుంటుంది.

టమాటో మెకరోని

కావలసినపదార్థములు:

మెకరోని	:	100గ్రా
టమాటా ముక్కలు	:	2 కప్పులు
ఉల్లిముక్కలు	:	2 కప్పులు
పచ్చిమిర్చి ముక్కలు:		1చెంచా
అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు	:	1చెంచా
ధనియాలపొడి	:	1/4 చెంచా
జీలకర్రపొడి	:	1/4 చెంచా
మిరియాలపొడి	:	చిటికెడు
గరంమసాలా	:	1/4 చెంచా
పసుపు	:	చిటికెడు
ఉప్పు	:	సరిపడ
కారం	:	1/2 చెంచా
నూనె	:	5 చెంచాలు
కొత్తిమీర	:	2 చెంచాల ఆకు

తయారుచేయు విధానం:

రెండు గ్లాసులు నీరు ఎసరుపెట్టి ఒక చెంచా నూనె వేసి కాగనివ్వాలి.

కాగిన నీటికి మెకరోని వేసి 4నిమిషాలు ఉడికించాలి.

ఉడికిన వీటిని వార్చాలి.

ఈ లోపల బాండీ పెట్టి మిగిలిన నూనె వేసి ఉల్లి ముక్కలు, మిర్చిముక్కలు వేసి వేపాలి.

వేగిన వీటిలో అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు కూడా వేసి వేపాలి.

తరువాత టమాటా ముక్కలు వేసి బాగా కలపాలి.

ఉప్పు,పసుపు వేసి మూతపెట్టి మగ్గనివ్వాలి.

టమాటాలు మగ్గి నూనె వేరుపడుతున్నప్పుడు కారం,మిరియాలపొడి, ధనియాలు,

జీరపొడి చేసి ఒక నిమిషం వేపాలి.
వేగుతున్న వీటికి గరంమసాలా, కొత్తిమీర, ఉడికించిన మెకరొని వేసి ఒక నిమిషం బాగా కలిపి తీయాలి. వేడివేడిగా సర్వ్ చెయ్యాలి.
ఇది పుల్కా చపాతీలలోకి కర్రీలాగా కూడా బావుంటుంది.

టమాటా కర్రీ 2వ రకం

కావలసిన పదార్థములు:

పండిన టమాటాలు	:	16
చిక్కటి కొబ్బరిపాలు	:	2కప్పులు
పల్చటి కొబ్బరిపాలు	:	6కప్పులు
పచ్చిమిర్చి	:	8
పసుపు	:	1/2 చెంచా
పసుపు	:	2చెంచాలు
జీలకర్ర	:	2 చెంచాలు
అల్లం	:	2 అంగుళం ముక్క
కరివేపాకు	:	2 రెమ్మ ఆకులు
కొత్తిమీర	:	1కప్పుతరుగు
ఉప్పు	:	రుచికి సరిపడ
కారం	:	సరిపడ

తయారుచేయు విధానం:
ముందుగా జీలకర్ర బాగు చేసుకుని వుంచాలి. పచ్చిమిర్చిని పేస్టు చేసుకోవాలి.
టమాటాలు 1 నిమిషం వేడినీటిలో ఉంచి తీసివేసి సన్నని ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి.
టమాటాలు, పచ్చిమిర్చి పేస్టు, సరిపడ ఉప్పు, కరివేపాకు, అల్లం, పసుపు, కారం గిన్నెలో వేసి సన్నని మంట మీద వుంచి టమాటాలు ఉడికేంతవరకు మధ్యమధ్యలో కలుపుతూ ఉడికించాలి. తరువాత పల్చటి పాలను పోసి వుడికించాలి. మిశ్రమం చిక్కబడుతున్నప్పుడు చిక్కటిపాలు కలిపి పొయ్యిమీద నుంచి దించి పైన జీలకర్ర, కొత్తిమీర చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా, దోస, ములక్కాడల కూర

కావలసిన పదార్థములు:

దోసకాయలు	:	పావుకేజి
ములక్కాడలు	:	రెండు
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
టమాటా	:	150గ్రాములు
ఉప్పు,కారం,పసుపు	:	కావలసినంత
ఎండుమిర్చి	:	రెండు
ఉల్లిపాయలు	:	ఒకటి
వెల్లుల్లి	:	రెండు రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం:
దోసకాయ చెక్కుతీసి చేదు లేకుండా చూసి సన్నగా ముక్కలు చేసుకోవాలి. అలాగే టమోటా, ఉల్లి, ములక్కాడలు, పచ్చిమిర్చి తగిన విధంగా కట్ చేయాలి. బాండీలో నూనె వేసి వెల్లుల్లిపాయ, ఎండుమిర్చి, తాలింపుగింజలు, కరివేపాకు వేయించి దోసె, ఉల్లిములక్కాడ ముక్కలు వేసి మగ్గనివ్వాలి. దీనికి ఉప్పు, పసుపు జోడించి ఉడికించాలి. నీరు వచ్చి ఉడుకు పట్టిన తర్వాత టమాటా ముక్కలు, కారం కూడా వేసి నీరంతా ఇగిరిపోయి కూర ఉడికిన తర్వాత కొత్తిమీర కూడా చల్లుకుని రైస్‌లోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా-కాలీఫ్లవర్ ఆలు కూర

కావలసిన పదార్థములు:

కాలీఫ్లవర్	:	ఒకటి చిన్నది
ఆలుగడ్డలు	:	రెండు పెద్దవి
అల్లం	:	చిన్న ముక్క
టమాటాలు	:	రెండు
జీలకర్ర	:	కొద్దిగా
గరంమసాలా	:	కొంచెం
ఉప్పు,కారం, పసుపు	:	కావలసినంత
నెయ్యి	:	50గ్రా
మిరియాలు	:	పావుస్పూను

తయారుచేయు విధానం:
బాండీలో నెయ్యి కాచి జీలకర్ర వేయాలి. దాంట్లో క్యాలీఫ్లవర్, టమాటా, ఆలుముక్కలు వేసి దినుసులన్నీ వేసి కొంచెం నీరు పోసి ఉడికించాలి. తర్వాత కొత్తిమీర, పొదీనాను సన్నగా కట్ చేసినవి వేసి రెండు నిమిషాలు ఉంచి దింపి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా-బీరకాయ-ములక్కాడ కూర

కావలసిన పదార్థములు:

బీరకాయలు	:	పావుకేజి
టమాటాలు	:	50గ్రాములు
నూనె	:	కొంచెం

తాలింపుగింజలు	:	సరిపడినంత
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
పచ్చిమిర్చి	:	మూడు
పసుపు, ఉప్పు,కారం	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

మొదట బీరకాయలు తొక్కుతీసి ముక్కలు చేసి ఉంచాలి. టమాటా, ఉల్లి, ములక్కాడలు కూడా తగినంతగా ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి.బాండీలో నూనె వేసి కాగిన తరువాత తాలింపుగింజలు, కరివేపాకు వేపి దాంట్లో ఉల్లి, మిర్చి, ములక్కాడ ముక్కలు వేసి వేపాలి.అయిదు నిమిషాలు వేపి బీరముక్కలు, టమాటా ముక్కలుకూడా వేసి దీనికి ఉప్పు,పసుపు,కారం వేసి నీరుపోయి బాగా ఉడికిన తర్వాత దించి అన్నంలో లేదా చపాతీలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా-మిక్స్‌డ్ వెజిటబుల్ కర్రీ

కావలసినపదార్ధములు:

టమాటాలు	:	పావుకేజి
ఉల్లిముక్కలు	:	అర కప్పు
చిక్కుడు	:	25 గ్రాములు
కాలీఫ్లవర్	:	అర కప్పు
వంకాయలు	:	రెండు
కారం, ఉప్పు,	:	రెండు స్పూనులు
పసుపు	:	సరిపడా
తాలింపుగింజలు	:	2 టేబుల్ స్పూనులు
వెల్లుల్లి, అల్లం ముద్ద	:	1 స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

బాండీలో పోపు పెట్టి అల్లం-చిన్నుల్లిపాయ ముద్ద వేసి వేపాలి.

తరువాత కూరలన్నీ వేసి ఒక ఉడుకు వచ్చిన తర్వాత టమాటా ముక్కలు వేసి ఉప్పు,పసుపు,కారం వేసి బాగా మగ్గిన తరువాత కొత్తిమీర చల్లుకుని దింపి అన్నంలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

పెండలం టమాటా కూర

కావలసిన పదార్ధములు:

టమాటాలు	:	పావుకేజి
నూనె	:	150గ్రాములు
ఎండుమిర్చి	:	నాలుగు
ఉప్పు,పసుపు,కారం	:	సరిపడినంత
పెండలం	:	అరకేజి
ఉల్లిపాయలు	:	నాలుగు
కరివేపాకు	:	రెండు రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా పెండలం శుభ్రం చేసి చెక్కుతీసి చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోసి మజ్జిగలో వేయాలి.టమాటా, పచ్చిమిర్చి, ఉల్లి సన్నని ముక్కలుగా తరగాలి.బాండీలో నూనెపోసి మరిగిన తర్వాత పోపు పెట్టి పచ్చిమిర్చి, ఉల్లి ముక్కలు వేసి ఎర్రగా వేసి తర్వాత మజ్జిగలోంచి పెండలం ముక్కలు తీసి బాండీలో వేసి వేపాలి.

కొంచెం సేపటి తర్వాత టమాటా ముక్కలు కూడా వేసి పసుపు,ఉప్పు,కారం, వేసి కొద్దిగా నీరు చల్లి బాగా కలిపి సన్నగా మంట మీద మూతపెట్టి ఉడికించాలి.

ఉడికిన తర్వాత తీసి అన్నంలోకి సర్వ్ చెయ్యాలి.

టమాటా పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్ధములు:

పెరుగు	:	150గ్రాములు
టమాటాలు	:	రెండు
ఉప్పు, పసుపు	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు
ఉల్లిపాయ	:	ఒకటి

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాలను సన్నగా తరిగి ఉంచుకోవాలి.పెరుగులో ఉప్పు, పసుపు వేసి ప్రక్కన ఉంచాలి. బాండీలో నూనెవేసి పచ్చిమిర్చి,తాలింపుగింజలు కర్వేపాకు వేసి టమాటా ముక్కలను వేసి మగ్గనివ్వాలి.మొత్తం మిశ్రమాన్ని కలపాలి.ఉల్లిపాయని సన్నగా ముక్కలుగా తరిగి కలుపుకోవాలి.

గరంమసాలాతో టమాటా పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్ధములు:

పెరుగు	:	150 మి.లీ
హైబ్రీడ్ టమాటాలు	:	రెండు
గరం మసాలు	:	కొద్దిగా
ఉల్లిపాయ	:	ఒకటి
నూనె	:	తగినంత

ఉప్పు	:	కొంచెం
మిర్చి	:	ఒకటి
కొత్తిమీర	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:
మొదట మరగకాచిన నీటిలో టమాటాలను వేసి పది నిమిషాలు ఉడకనివ్వాలి తరువాత చల్లార్చి టమాటాలపై తోలు తీసి సన్నగా ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి. మిర్చిని కూడా పొడవుగా కట్ చెయ్యాలి. అలాగే ఉల్లిపాయ, కొత్తిమీరలను కూడా కట్ చేసి ఉంచుకోవాలి. బాండీలో నూనె వేసి కొద్దిగా ఆవాలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, టమాటా ముక్కలను వేసి తడి పోయే వరకు వేయించి చల్లార్చి దాంట్లో ఉల్లి ముక్కలు, కొత్తిమీర, ఉప్పు,గరం మసాలా పొడి వేసి కలిపి వడ్డించటానికి ముందు చిలికిన పెరుగులో కలిపి సర్వ్ చెయ్యాలి.

గ్రీన్‌పీస్‌తో టమాటా పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

పెరుగు	:	అరలీటరు
పచ్చి బఠానీ	:	50గ్రాములు
శనగపిండి	:	50గ్రా
టమాటాలు	:	నాలుగు
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
నూనె	:	50గ్రా
పోపు సామాను,కర్వేపాకు		తగినంత

తయారుచేయు విధానం:
ఉల్లిపాయ, టమాటాలను సన్నని ముక్కలుగా కట్ చెయ్యాలి. కొంచెం నూనె కాగిన తర్వాత తరిగిన ముక్కలు, పచ్చి బఠాణి వేసి వేయించి చల్లార్చి పెరుగులో వేయాలి. చివరగా పోపు పెట్టి కలిపి కొత్తిమీర సన్నగా తరిగి పెరుగు మీద చల్లి సర్వ్ చెయ్యాలి.

క్యారెట్‌తో టమాటా పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

క్యారెట్	:	150గ్రాములు
టమాటా	:	1 పెద్దది
అల్లం	:	చిన్నముక్క
నూనె	:	50 గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు
ఉల్లిపాయ	:	1పెద్దది
ఉప్పు,పసుపు	:	తగినంత
తాలింపుగింజలు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:
క్యారెట్ చెక్కుతీసి మిక్సీలో కొబ్బరి కోరులాగా మెత్తగా చేసుకుని ఉల్లి,మిర్చి, అల్లం సన్నని ముక్కలుగా చేసుకుని ఉంచుకోవాలి. బాండీలో నూనె వేసి పోపు కర్వేపాకు వేసి తరిగి ఉంచిన ముక్కలు వేసి కొద్దిగా వేపి కోరిన క్యారెట్ కూడా వేసి కలపాలి. టమాటా ముక్కలు ముక్కలుగా చేసి బాండీలో మిశ్రమంతో పాటు వేసి రెండు నిమిషాలు ఉడకనిచ్చి చల్లార్చాలి. పెరుగు కొంచెం పుల్లగా ఉండేలా చూసుకుని దాంట్లో ఉప్పు కలిపి ఉడికిన మిశ్రమాన్ని వేసి బాగా కలిపి సర్వ్ చెయ్యాలి.

అల్లం- టమాటా పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

పెరుగు	:	అరలీటరు
టమాటాలు	:	నాలుగు
శనగపిండి	:	25గ్రా
పోపుసామాను	:	రెండు స్పూనులు
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు
అల్లం	:	కొంచెం పెద్ద ముక్క
ఉప్పు,పసుపు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:
టమాటాలను కడిగి ముక్కలు చేసి ఉంచాలి.
బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత ఈ ముక్కలు వేసి మగ్గనివ్వాలి.
చల్లార్చి ఉంచాలి. అల్లం, మిర్చి రోట్లో నూరుకుని పెరుగులో టమాటా గుజ్జుతోపాటు కలిపి ఉప్పు,పసుపు వేసి బాగా కలపాలి. శనగపిండి దోరగా వేయించి పెరుగులో కలపాలి. తర్వాత బాండీలో తాలింపు వేసి ఇంగువ కర్వేపాకు వేసి పెరుగులో కలిపితే రుచిగా వుంటుంది.

టమాటా పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	అరకేజి
ఆవాలు	:	పావు కప్పు
ఎండుమిరపకాయలు:		అయిదు

ఉప్పు	:	అరడబ్బా
కారం	:	అరడబ్బా
నూనె	:	150 గ్రాములు
వెల్లుల్లి	:	5 రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాలను కడిగి ఆరనిచ్చి ముక్కలు తరిగి వాటిని ఉప్పు,పసుపు కలిపి జాడీలో మూతపెట్టి మూడు రోజులు వూరనివ్వాలి.మూడో రోజుకి వూట వస్తుంది. టమాటా ముక్కల వూటని వూటతోనే పిండి ముక్కలను ఎండపెట్టాలి.చింతపండు శుభ్రం చేసి ఊటలో వేసి ఎండలో ఉంచాలి. చివరగా ముక్కలు, కారం, ఊటలోకి చింతపండును ఒక బేసిన్‌లో బాగా కలిపి కొంచెం కొంచెం రోట్లో వేసి ఉప్పు పోసుకుంటూ బాగా మెత్తగా రుబ్బాలి.బాండీలో నూనె కాచి ఎండుమిరప,ఆవాలు, వెల్లుల్లి, ఇంగువపోపు పెట్టి చల్లార్చి బేసిన్‌లో పచ్చడిని కలిపి జాడీలో పెట్టాలి.

టమాటా ఆవకాయ

కావలసిన పదార్ధములు:

టమాటాలు	:	పావుకేజి
పసుపు	:	కొంచెం
చింతపండు	:	కొద్దిగా
మెంతిపొడి,ఆవపిండి	:	25గ్రాములు
కారం	:	50గ్రాములు
ఉప్పు	:	కొంచెం
నూనె	:	50గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

దొరగా ఉన్న టమాటాలను తీసుకుని కడిగి తుడిచి నాలుగు ముక్కలుగా తరిగి ఒక గిన్నెలో వేసి, ఉప్పు, పసుపు కలిపి వుంచాలి.

మూడో రోజు ఊట తేరుకుంటుంది. ముక్కల్ని బాగా పిండి ఎండ బెట్టాలి.

చింతపండును గింజలేకుండా చూసి విడివిడిగా తీసి ఊటలో కలిపి నానబెట్టాలి.

చింతపండు, కారం, ఆవపిండి, మెంతిపిండి కలిపి రుబ్బాలి. లేదా మిక్సీ వేసుకోవచ్చును.

టమాటాలు మెత్తగా కావాలనుకున్నవారు వాటిని కూడా చింతపండుతో కలిపి మిక్సీ వేయాలి. లేదా విడిగా కలుపుకోవచ్చు. మిక్సీలేదా రుబ్బేటప్పుడు ఊటని పోస్తూ రుబ్బుకోవాలి.

బేసిన్‌లో ఉన్న మిశ్రమానికి బాండీలో నూనెపోసి ఎండు మిరపకాయలు, ఆవాలు, ఇంగువ, పోపుపెట్టి చల్లార్చి కలుపుకోవాలి. లేదా పచ్చడి జాడీలో వుంచుకుని కావలసినప్పుడు కొంచెం తీసుకుని పోపు పెట్టుకుంటే ఘుమఘుమలాడుతూ రుచిగా వుంటుంది.

పండుమిర్చితో టమాటా

కావలసిన పదార్ధములు:

టమాటాలు	:	ఒక కేజి
పండుమిర్చి	:	అరకేజి
చింతపండు	:	150గ్రాములు
పోపుసామాను	:	సరిపడినంత
ఇంగువ	:	కొంచెం
ఆవాలు	:	పావుకప్పు
నూనె	:	150గ్రాములు
ఎండుమిరప	:	10గ్రాములు
మెంతులు	:	50గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా

తయారుచేయు విధానం:

పండు మిరపకాయలకి తొడిమలు తీసి బాగా తుడిచి శుభ్రపరుచుకోవాలి.

తడిలేకుండా చూచుకుని ఈ మిరపకాయలకు సరిపడా ఉప్పు కలిపి రోట్లో దంచి జాడీలో పెట్టాలి.శుభ్రపరచిన టమాటాలను ముక్కలు చేసి మిగతా ఉప్పు, పసుపు కలిపి వేరే జాడీలో ఊరవెయ్యాలి.

మూడో రోజుకి ఊట తేరుకుంటుంది.ముక్కల్ని పిండితీసి, ముక్కల్ని ఎండలో ఒక రోజంతా ఎండనివ్వాలి. ఊటలో శుభ్రపరచిన చింతపండుని నానబెట్టాలి. ఇది కూడా ఎండలో ఉంచాలి.జాడీలో వుంచిన పండుమిర్చి, తొక్కుని, టమాటా ముక్కల్ని, ఊటలో వుంచిన చింతపండును కలిపి వూట నీరు పోస్తూ రుబుత్బకోవాలి.

ఆవాలు, మెంతులు పిండి చేసి పచ్చట్లో కలపాలి. తరువాత నూనె కాచి ఎండుమిరప, ఇంగువ పొడి వేయించి చల్లారిన తరువాత పచ్చడిని కలుపుకోవాలి.

టమాటా-పచ్చిమిర్చి పచ్చడి

కావలసిన పదార్ధములు:

టమాటాలు	:	1/4కిలో
చింతపండు	:	కొద్దిగా
పచ్చిమిర్చి	:	10

అల్లం	:	చిన్న ముక్క
నూనె	:	50గ్రా
తాలింపుగింజలు	:	ఒక స్పూను
పసుపు,ఉప్పు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

బాండీలో నూనె వేసి పచ్చిమిర్చిని వేపి తీసి టమాటా ముక్కలను కూడా వేయించి పక్కన పెట్టాలి. ఇప్పుడు రోట్లో వేయించిన పచ్చిమిర్చి, చింతపండు, అల్లం ముక్క సరిపడినంత ఉప్పు, పసుపు వేసి మెత్తగా నూరాలి. చివర్లో కొంచెం జీలకర్ర, వెల్లుల్లి గర్భాలు రెండూ వేసి చేస్తే ఇంకా రుచిగా ఉంటుంది. ఇష్టం లేని వారు వేసుకోకుండా నూరుకోవచ్చును.

టమాటా తీపి చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	16
బెల్లం	:	పావు కిలో
మినపప్పు	:	50 గ్రా
నూనె	:	100 గ్రా
తాలింపుగింజలు	:	సరిపడినంత
ఉప్పు,పసుపు	:	సరిపడినంత
పచ్చిమిర్చి	:	పది
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాలను నీళ్ళలో వేసి మరిగించాలి. తొక్కు తీసినా లేక అలాగేనయినా వాడుకోవచ్చు.

దీంట్లో బెల్లం కలిపి పక్కన వుంచాలి. గిన్నెలో ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు, కారం, ఉప్పు, పసుపు వేసి బాగా ఉడికించాలి.

బాండీలో నూనె వేసి కాగిన తర్వాత తాలింపుపెట్టి టమాటా గుజ్జు, ఉల్లిపాయ ముక్కల మిశ్రమాన్ని కలిపి మూతపెట్టాలి.

దాని వల్ల ఘుమ ఘుమలాడుతున్న టమాటా తీపి చట్నీ రెడీ

టమాటా, పుదీనా చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1/4 కేజి
పుదీనా	:	4 కట్టలు
చింతపండు	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	10
ఉప్పు, పసుపు	:	తగినంత
జీలకర్ర, వెల్లుల్లి	:	కొంచెం
నూనె	:	50గ్రా
తాలింపుగింజలు	:	కొద్దిగా
ఇంగువ	:	కొంచెం

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా పుదీనా ఆకులను తుంపుకోవాలి.

టమాటాలను ముక్కలుగా కోసి వుంచుకోవాలి.

బాండీ పెట్టి పచ్చిమిర్చి తొడిమలు తీసి వేయించి,పక్కన వుంచి పుదీనా కూడా వేయించి తీసి పక్కన పెట్టి టమాటాలను వేయించాలి.

తరువాత రోట్లో పచ్చిమిర్చి, చింతపండు, జీలకర్ర, వెల్లుల్లి, పసుపు వేపి నూరి తరువాత పుదీనా వేసి నూరి చివరగా టమాటాలు వేసి నూరి తాలింపుపెట్టాలి. తరువాత బాండీలో తాలింపుగింజలు, ఇంగువ వేసి తాలింపు పెట్టాలి.

ఘుమ ఘుమ లాడుతున్న టమాటా, పుదీనా చెట్నీ రెడీ.

టమాటా, దోస, ఉల్లి పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	రెండు
మిరియాలపొడి	:	కొంచెం
నిమ్మరసం	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	ఆరు
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
దోసకాయలు	:	రెండు
ధనియాలు	:	కొంచెం
ఉప్పు,పసుపు,	:	తగినంత
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయు విధానం:

మొదట అన్నింటిని కడిగి దోసకాయ చెక్కుతీసి అన్నింటిని ముక్కలు చేసి ఉంచాలి.

బాండీలో నూనె వేసి పచ్చిమిర్చి, ధనియాలు, మిరియాల పొడి వేసి ప్రక్కన ఉంచి మిగిలిన నూనెలో టమాటాలు, ఉల్లిముక్కలు వేసి దోరగా వేయించాలి.

రోట్లో పచ్చిమిర్చి, ధనియాలు, మిరియాలు, ఉప్పు,పసుపు వేసి బాగా నూరి దీనిని టమాటా మిశ్రమాన్ని కలిపి దంచాలి.

అన్నంలేక చపాతీలలోకి రుచిగా వుంటుంది. మిరియాలపొడి వాడటం వల్ల అజీర్తి పోతుంది.

టమాటా కొత్తిమీర, పుదీనా చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1/4కేజి
పుదీనా	:	4 కట్టలు
కొత్తిమీర	:	4 కట్టలు
పచ్చిమిర్చి	:	10
చింతపండు	:	కొంచెం
జీలకర్ర, వెల్లుల్లి	:	కొద్దిగా
నూనె	:	100గ్రా
ఉప్పు, పసుపు	:	తగినంత
తాలింపుగింజలు	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా టమాటాలను ముక్కలుగా కోసి వుంచండి. తరువాత కొత్తిమీర, పుదీనా ఆకులను వలిచి వుంచండి.

బాండీ పెట్టి పుదీనా, కొత్తిమీర వేసి వేయించి తీసి, టమాటా ముక్కలను పచ్చిమిర్చి వేయించండి.

రోట్లో పచ్చిమిర్చి, జీలకర్ర, వెల్లుల్లి, ఉప్పు,పసుపు వేసి దంచి, తరువాత కొత్తిమీర, పుదీనా వేసి, తరువాత టమాటా ముక్కలు వేసి దంచండి.

తరువాత బాండీ పెట్టి తాలింపువేసి వేడి వేడి అన్నంలో వడ్డించండి.

వంకాయ-టమాటా పులుసు

కావలసినపదార్థములు:

టమాటాలు	:	పన్నెండు
వంకాయలు	:	ఒక కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	పన్నెండు
పచ్చిమిర్చి	:	25
చింతపండు	:	100గ్రాములు
ఎండుమిర్చి	:	4
తాలింపు గింజలు	:	కొద్దిగా
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా చింతపండు నీళ్ళు నానబెట్టి వంకాయల్ని రెండేసి భాగాలుగా చీల్చి నీళ్ళు పోసి వుంచాలి. టమాటా, ఉల్లి మిర్చి ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి.

నూనె కాచి పోపు పెట్టి కరివేపాకు వేగాక ఉల్లిమిర్చి ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి.

నూనె కాచి పోపు పెట్టి కరివేపాకు వేగాక ఉల్లిమిర్చిముక్కలు వేసి ఒక నిమిషం తరువాత వంకాయ ముక్కలు వేసి ఉప్పు, పసుపు, కారం చల్లి మూతపెట్టి మగ్గనివ్వాలి.

అనంతరం చింతపండు పిసికి పుల్లగా పులుసులా పోసి టమాటా ముక్కలు కూడా వేసి ఉడికించాలి.

చివరగా కొంచెం బెల్లం వేసి మరగనిచ్చి దింపాలి.

తరువాత వేడ వేడిగా వడ్డించాలి.

టమాటా రసం

కావలసిన పదార్థములు:

అల్లం	:	ఒక ముక్క
వెల్లుల్లి	:	ఎనిమిది
తాలింపుగింజలు	:	కొంచెం
కరివేపాకు	:	2రెబ్బలు
కొత్తిమీర	:	కొంచెం
కొబ్బరి	:	ఒక ముక్క
చింతపండు	:	కొద్దిగా
రసంపొడి	:	కొంచెం
పంచదార	:	2 స్పూనులు
టమాటాలు	:	నాలుగు
ఎండుమిర్చి	:	నాలుగు

తయారుచేయు విధానం:

మిరపకాయలు, అల్లం, వెల్లుల్లి, టమాటా, కొబ్బరి, చింతపండు కలపాలి. మిక్సీ వేసి అరలీటరు నీటిలో కలిపి రసం పొడి వేసి మరగనిచ్చి కొత్తిమీర, కరివేపాకు చల్లి పోపు పెట్టి దింపాలి. వేడి వేడి అన్నంలోకి రసం చాలా బాగుంటుంది.

బంగాళదుంప-ములక్కాయ-టమాటా పులుసు

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	నాలుగు
బంగాళదుంపలు	:	అరకిలో
జీలకర్ర	:	ఒక చెంచా
ఎండుమిర్చి,	:	నాలుగు
తాలింపుగింజలు	:	సరిపడినంత
ములక్కాయలు	:	నాలుగు
ఉల్లిపాయలు	:	నాలుగు
వెల్లుల్లి	:	ఎనిమిది రెబ్బలు
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
కారం, ఉప్పు	:	సరిపడినంత
చింతపండు	:	100గ్రాములు
ధనియాలపొడి	:	సరిపడినంత
కరివేపాకు	:	2రెబ్బలు
మెంతులు	:	1 టేబుల్ స్పూను
నూనె	:	50గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

ములక్కాడలు, బంగాళదుంపలను నీళ్ళలో తరగాలి. అల్లం, వెల్లుల్లి, టమాటాలను ముద్దగా నూరాలి.

బాండీలో నూనె వేగాక పోపుపెట్టి జీలకర్ర, ఉల్లిముక్కలు, వేసి వేపి తరువాత నూరిన ముద్ద వేసి దాంట్లో దుంప, మునగ ముక్కలను వేసి 5 నిమిషాలు వేసి చింతపండు పులుసు పిండి ఉప్పు,కారం, ధనియాల పొడి వేసి ఉడికించాలి. ఉడికిన తర్వాత కొత్తిమీర చల్లి దింపాలి.

టమాటా సాంబారు

కావలసిన పదార్థములు

టమాటాలు	:	6
కందిపప్పు	:	ఒక కప్పు
ఉప్పు,పసుపు	:	సరిపడినంత
బియ్యప్పిండి	:	2 చెంచాలు
ఎండుమిర్చి	:	మూడు
దాల్చినచెక్క	:	ఒక ముక్క
ఉల్లిపాయలు	:	పావుకిలో(చిన్నవి)
ధనియాలు	:	కొంచెం
జీలకర్ర	:	తగినంత
ఇంగువ,తాలింపుగింజలు	:	సరిపడినంత
ములక్కాడలు	:	3
సొరకాయ	:	1 చిన్నముక్క
గుమ్మడి,చిలకడదుంప	:	50గ్రాములు
లవంగాలు	:	4
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
యాలుక్కాయలు	:	ఒకటి
వెల్లుల్లి	:	12 రెబ్బలు
కొత్తిమీర, కరివేపాకు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:

కందిపప్పుని మెత్తగా ఉడికించి రుబ్బాలి లేదా మిక్సీ వేసి బాగా మెత్తగా చేయాలి.
పైన చెప్పిన సామానులు అన్నీ శుభ్రం చేసుకుని ఉంచుకోవాలి.
కూరలన్నీ ముక్కలుగా తరిగి చింతపండు నీళ్ళలో ఉప్పు, పసుపు వేసి ఉడికించాలి.
బాండీలో నూనె కాగిన తర్వాత దినుసులన్నీ వేసి పొడిచేసి అల్లం,వెల్లుల్లి, కొబ్బరికోరు, పచ్చిముద్దగా నూరాలి.

ఇప్పుడు చింతపండు రసంలో ఉడికిన ముక్కలతో పాటు, పప్పు, పసుపు, ఉప్పు, కారం, వెల్లుల్లి ముద్ద, కరివేపాకు, కొత్తిమీర వేసి మరగనిచ్చి సాంబారు పొడిచేసి కాగనిచ్చి దింపాలి. బాండీలో కొద్దిగా నూనె వేసి తాలింపుగింజలు,ఇంగువ వేసి పోపు పెట్టి కలపాలి.

సొరకాయ-టమాటా పులుసు

కావలసిన పదార్థములు

టమాటాలు	:	1/4కిలో
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
సొరకాయ	:	అర కిలో
కరివేపాకు,కొత్తిమీర	:	సరిపడినంత
బియ్యంపిండిలేదా శనగపిండి	:	అర చెంచా
చింతపండు, ఉప్పు	:	తగినంత

పచ్చిమిర్చి	:	రెండు
పసుపు,కారం	:	సరిపడినంత
నూనె	:	50 గ్రా
జీలకర్ర, వెల్లుల్లి	:	తగినంత

తయారుచేయు విధానం:
సొరకాయను పెద్ద ముక్కలుగా కట్ చెయ్యాలి. ఉల్లి,మిర్చి, టమాటాలు తరగాలి. పులుసు తీసుక్కుని దాంట్లో ఈ ముక్కలన్నీ వేసి ఉప్పు, పసుపు, కారం వేసి ఉడికించాలి. కంద్రపోవటానికి బెల్లం సరిపడా వేసుకుని శెనగపిండి నీటితో కలిపి పోసి చివరగా ఇంగువ పోపు పెట్టుకుని కొత్తిమీర చల్లుకుని దింపాలి.

తోటకూర-టమాటా కూర

కావలసిన పదార్ధములు:

తోటకూర	:	4 కట్టలు
టమాటాలు	:	6 కప్పులు
పెసరపప్పు	:	100గ్రాములు
కొబ్బరి తురుము	:	2 కప్పులు
జీలకర్ర	:	2 చెంచాలు
పచ్చిమిర్చి	:	ఎనిమిది
పసుపు, ఉప్పు	:	సరిపడినంత
తాలింపుగింజలు	:	సరిపడినంత
నూనె	:	50గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:
పెసరపప్పు గాలించి తగినన్ని నీళ్ళుపోసి ఉడికించాలి.
తోటకూర సన్నగా తరిగి ఉడుకుతున్న పప్పులో ఉప్పు, పసుపు వేసి మూతపెట్టాలి.
కొబ్బరి తురుము, టమాటాలను, మిర్చి, జీలకర్ర కలిపి మెత్తగా రుబ్బి ఉడుకుతున్న పప్పులో వేసి బాగా ఉడకనిచ్చి పోపుపెట్టి ఉడికిన దాంట్లో కలపాలి.
వేడి వేడి అన్నంలో ఇది చాలా రుచిగా వుంటుంది.

టమాటా రసం రెండో రకం

కావలసిన పదార్ధములు:

ధనియాలు	:	100గ్రాములు
మిరియాలు	:	20గ్రాములు
మెంతులు	:	ఒక చెంచా
చింతపండు	:	100గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	పది
వెల్లుల్లి, ఎండుమిర్చి:		సరిపడ
ఆవాలు	:	ఒక చెంచా
జీలకర్ర	:	20 గ్రాములు
పసుపు	:	కొంచెం
టమాటాలు	:	నాలుగు
తాలింపుగింజలు	:	కొంచెం
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు
పంచదార	:	కొంచెం
నూనె	:	50గ్రా

తయారుచేయు విధానం:
ధనియాలు,జీలకర్ర, మిరియాలు, మెంతులు, ఆవాలు, కొంచెం నూనెలో వేసి వేపాలి.

టమాటాలను కొంచెం నూనెలో వేసి వేయించాలి.

తర్వాత మిక్సీలో వేసి ఆ పొడిని 1/2 లీటరు నీటిలో కలిపి దానికి చింతపండు, పసుపు, ఉప్పు, నూరిన వెల్లుల్లి, పచ్చిమిర్చి, ఎండుమిర్చి, కలిపి మరగనిచ్చి కొత్తిమీర చల్లి పోపు పెట్టి దింపాలి.

టమాటా సాంబారు- 2వ రకం

కావలసిన పదార్ధములు:

కందిపప్పు	:	50 గ్రాములు
మెంతులు	:	అర చెంచా
ఎండుమిర్చి	:	20గ్రాములు
పచ్చిమిర్చి	:	8
మినపప్పు	:	1చెంచా
ఉల్లిపాయలు	:	1/4కిలో
టమాటాలు	:	4
శెనగపప్పు	:	25 గ్రాములు
మిరియాలు	:	15గ్రాములు

ములగకాడ	:	ఒకటి
చింతపండు	:	చిన్న ముద్ద
కందిపప్పు	:	100గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

దినుసులన్నీ కొంచెం నూనె ఎర్రగా వేపి పొడి కొట్టి ఉంచాలి.

కందిపప్పు 1/4కిలో ఉడకబెట్టి చింతపండు రసంలో, ఉల్లి, టమాటా, ములక్కాడ ముక్కలు ఉడికించాలి.

ఉడికిన కందిపప్పు కూడా కలిపి ఉప్పు, కారం, పసుపు కొంచెం బెల్లం (సరిపడా) వేసి మరిగించి తర్వాత సాంబారు పొడి వేసి మరగించి కొత్తిమీర చల్లి దింపాలి.

తోటకూర టమాటా పులుసు

కావలసిన పదార్థములు:

తోటకూర	:	ఒక కట్ట
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
పోపుసామాను	:	సరిపడినంత
పచ్చిశెనగపప్పు	:	పావు కప్పు
టమాటాలు	:	4
పచ్చిమిర్చి	:	రెండు

తయారుచేయు విధానం:

తోటకూర, టమాటాలు కడిగి తరగాలి. ఉల్లి, మిర్చి, టమాటాలు తరిగి మొత్తం కలిపి ఒక గిన్నెలో వేసి దానిమీద పచ్చిశెనగపప్పు చల్లి ఉప్పుకూడా చల్లి కుక్కర్‌లో ఉడికించి తీయాలి.

బాండీలో పోపుపెట్టి ఉడికిన కూర వేసి దాంట్లో చింతపండు చిక్కటి రసం పోసి, ఉప్పు, కారం, పసుపు వేసి బాగా ఉడకనిచ్చి కొత్తిమీర చల్లి దింపాలి.

ఇది చిక్కగా వుంటుంది.

టమాటా సాంబారు- 3వ రకం

కావలసిన పదార్థములు

కందిపప్పు	:	అరకిలో
వెల్లుల్లి	:	8 రెబ్బలు
పచ్చికొబ్బరి	:	అర చిప్ప
ఉల్లిపాయలు	:	నాలుగు
బెల్లం	:	50 గ్రాములు
టమాటాలు	:	6
ఇంగువ, తాలింపుగింజలు	:	సరిపడ
ఉప్పు	:	తగినంత
పసుపు	:	కొంచెం
నూనె	:	50 గ్రాములు
మిరియాలు	:	ఒక చెంచా
ఎండుమిర్చి	:	పది
ములక్కాయలు	:	నాలుగు
మినప్పప్పు	:	రెండు స్పూనులు
శెనగపప్పు	:	రెండు స్పూనులు
ధనియాలు	:	4 స్పూనులు

తయారుచేయు విధానం:

కందిపప్పు, ముక్కలు ఉడికించి చింతపండు రసంలో కలపాలి. చింతపండు మరీ పుల్లగా కాకుండా చూడాలి.

ఈ రసంను పొయ్యిమీద పెట్టి ఉప్పు, పసుపు, బెల్లం మరగనివ్వాలి.

ఇప్పుడు ధనియాలు, మినప్పప్పు, శెనగపప్పు, మిరియాలు, ఎండుమిర్చి కొంచెం నూనెలో వేపి వెల్లుల్లి, కొబ్బరి కలిపి మిక్సీ వేసి మరిగే మిశ్రమంలో పోసి మరగనిచ్చి కొత్తిమీర చల్లి దించాలి.

టమాటా పులుసు

కావలసిన పదార్థములు:

సొరకాయ	:	ఒక ముక్క
గుమ్మడికాయ ముక్క	:	ఒక ముక్క
ఉప్పు,పసుపు,కారం	:	సరిపడినంత
చింతపండు	:	ఒక కిలో
బెల్లం	:	250 గ్రాములు
బంగాళదుంపలు	:	నాలుగు
వంకాయలు	:	నాలుగు
ములక్కాయలు	:	నాలుగు
టమాటాలు	:	ఎనిమిది

కరివేపాకు	:	4 రెబ్బలు
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
బియ్యంపిండి	:	ఒక కప్పు
పచ్చిమిర్చి	:	పది
ఎండుమిర్చి	:	ఎనిమిది
నూనె	:	100గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

పచ్చిమిర్చి, కూరగాయల ముక్కలు తరిగి చింతపండు నానపెట్టి అరలీటరు రసం తీసి దాంట్లో ముక్కలను వేసి ఉప్పు, బెల్లం, కారం వేసి ఉడికించాలి.

ఉడికిన తరువాత బియ్యం పిండి నీటితో కలిపి జారుగా చేసి పోసి ఇంగువ పోపు పెట్టి, కొత్తిమీర, కరివేపాకు చల్లి మరగనిచ్చి దింపాలి.

ములక్కాయ టమాటా

కావలసిన పదార్థములు:

ములక్కాయలు	:	రెండు
టమాటాలు	:	1/4కేజి
గసగసాలు	:	1టేబుల్ స్పూను
అల్లం	:	1 అంగుళం ముక్క
ఉల్లిపాయలు	:	4
వెల్లుల్లి గర్భాలు	:	8
ఎండుమిర్చి	:	5
పచ్చి కొబ్బరి	:	3 టేబుల్ స్పూనులు
నూనె	:	100గ్రాములు
ఉప్పు	:	తగినంత
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
చింతపండు	:	చిన్న ముద్ద
మెంతి గింజలు	:	పావు టేబుల్ స్పూనులు
ఆవాలు	:	కొంచెం
జీలకర్ర	:	1 టేబుల్ స్పూను

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా ములక్కాయ, టమాటాలు,ఉల్లిపాయలు కోసి పెట్టుకుని, నూనె కొంచెం వేసి ఎండుమిర్చి, వెల్లుల్లి, మెత్తగా నూరుకుని, కొబ్బరి, గసగసాలు వేరే నూరి, ఒక ప్రక్కన వుంచి, చింతపండు, కొంచెం నీళ్ళు పోసి నానబెట్టాలి.

బాండీ పొయ్యిమీద పెట్టి నూనె పోసి, తరువాత మెంతులు, ఆవాలు, తాలింపు పెట్టి, ఉల్లిపాయ వేసి, వేగనిచ్చి మసాలా వేసి, రెండు నిమిషాలు అలా వుంచి, టమాటాలు పిండి, ములక్కాయ ముక్కలు వేసి, కొంచెం పసుపు, ఉప్పు కూడా వేసి, మూతపెట్టి అయిదు నిమిషాలు వుంచి గ్లాసు నీళ్ళుపోసి, ములక్కాయ వుడికిన తరువాత,చింతపండు చిక్కగా పిండిపోసి కొత్తిమీర వేసి గుత్తంగా అయిన తరువాత పులుసు దింపి వేడిగా వడ్డించండి.

టమాటా ఆవకాయ

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1 కేజి
ఆవాలు	:	125 గ్రాములు
మిరపకాయలు	:	125 గ్రాములు
నూనె	:	125 గ్రాములు
ఉప్పు	:	సరిపడా
వెల్లుల్లి	:	4 పాయలు
మెంతులు	:	రుచికోసం కొన్ని

తయారుచేయు విధానం:

మిరపకాయలు,ఆవాలు, మెంతులు విడిగా బాగా ఎండబెట్టి, మూడు విడిగా పొడి కొట్టి వుంచండి.

మూడు జల్లించి కలపగా వచ్చినంత కొలతకు ఉప్పును సమంగా కలపండి.

కారం, ఉప్పు, ఆవపిండి, టీ స్పూను పసుపు మొత్తం జాడీలో పెట్టి వుంచండి.

టమాటాలు బాగా కడిగి, తడిలేకుండా, తుడిచి సన్నగా తరుక్కోవాలి.

జాడీలో వున్న పిండిలో నూనెపోసి, పిండిబాగా కలిపి పైన ముక్కలు వేసి కలిపి మూతపెట్టి వుంచాలి.

తరువాత ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు తాలింపు పెట్టుకోవచ్చు. లేదా ఒకే సారి అయినా పెట్టుకోవచ్చు. ఈ పచ్చడి 3 నెలలకు మించి నిల్వ వుండదు.

టమాటా-ములక్కాయ ఊరగాయ

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1 కేజి

ఆవాలు	:	50 గ్రాములు
ములక్కాయలు	:	6
మెంతులు	:	కొంచెం
చింతపండు	:	300 గ్రాములు
ఉప్పు	:	500గ్రాములు
కారం	:	2 పాలడబ్బాలు
నూనె	:	500గ్రాములు
పసుపు	:	టీ స్పూనులు
ఎండుమిర్చి	:	10
పచ్చిశనగపప్పు	:	50గ్రాములు
మినప్పప్పు	:	50 గ్రాములు
వెల్లుల్లి	:	50 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:

దోరగా వున్న టమాటాలు, లావుగా లేతగా వున్న ములక్కాడలు తీసుకోవాలి.
టమాటాలు ముక్కలు తరిగి ఉప్పు,పసుపు వేసి, జాడీలో వేసి వుంచాలి.మూడురోజులు బాగా ఊరితే ఊట వస్తుంది. ముక్కలు పిండి ఎండలో ఎండ బెట్టి, ఆ వచ్చినఊటలో చింతపండు నానబెట్టి వుంచాలి.ఆవాలు ఎండ బెట్టి పొడిచేసి వుంచాలి.మెంతులు వేయించి పొడి చేసి వుంచాలి.
ఇప్పుడు ఊటలో నానబెట్టిన చింతపండులో కారం, ఆవపిండి, మెంతిపిండి వేసి బాగా రుబ్బాలి. తరువాత నూనె వేసి కొంచెం పచ్చడి వేసి తాలింపు పెట్టాలి.
లేదంటే మొత్తం ఒకసారిఅయినా తాలింపు పెట్టవచ్చు.

కొబ్బరి టమాటా పచ్చడి

కావలసిన పదార్ధములు

కొబ్బరి చిప్పలు	:	2
టమాటాలు	:	1/2 కేజి
ఉప్పు	:	కొంచెం
పసుపు	:	తగినంత
వెల్లుల్లి	:	4 రెబ్బలు
జీలకర్ర	:	1 టేబుల్ స్పూను
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు
తాలింపుగింజలు	:	2 టేబుల్ స్పూనుల
నూనె	:	100గ్రా
పచ్చిమిర్చి	:	10

తయారుచేయు విధానం:

టమాటాలు ముందుగా కొంచెం నూనెలో వేయించి వుంచాలి. తరువాత పచ్చిమిరపకాయలు కూడా వేయించాలి.కొబ్బరి తురిమి వుంచుకోవాలి.రోట్లో పచ్చిమిర్చి, టమాటాలు వేసి ఉప్పు,జీలకర్ర, వెల్లుల్లి వేసి దంచి వుంచుకోవాలి.తరువాత బాండీలో నూనె వేసి తాలింపుగింజలు, కొంచెం జీలకర్ర, వెల్లుల్లి, వేసి తాలింపు పెట్టి వడ్డించాలి.

టమాటా-వంకాయ పచ్చడి

కావలసిన పదార్ధములు:

టమాటాలు	:	1/4 కేజి
వంకాయలు	:	1/4 కేజి
పచ్చిమిర్చి	:	15 కాయలు
పుదీనా	:	1 కట్ట
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
ఉప్పు,పసుపు	:	తగినంత
తాలింపు గింజలు	:	2 టేబుల్ స్పూనులు
ఇంగువ	:	కొంచెం
జీలకర్ర	:	1 టేబుల్ స్పూను
వెల్లుల్లి	:	4 రెబ్బలు
కరివేపాకు	:	2 రెబ్బలు

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా బాండీలో కొంచెం నూనె వేసి పచ్చిమిర్చి వేయించి, తరువాత టమాటా ముక్కలు చేసి వాటిని కూడా వేయించి, తరువాత వంకాయ ముక్కలు కూడా తరిగి వేయించి వుంచాలి. రోట్లో పచ్చిమిర్చి, టమాటా ముక్కలు, వంకాయముక్కలు, వెల్లుల్లి, జీలకర్ర, వేసి దంచి వుంచుకోవాలి.తరువాత బాండీలో నూనె వేసి తాలింపుగింజలు వేసి పోపు పెట్టి వేడిగా వడ్డించాలి.

దోసకాయ-టమాటా పచ్చడి

కావలసిన పదార్ధములు:

దోసకాయలు	:	రెండు
టమాటాలు	:	1/4 కేజి

పచ్చిమిర్చి	:	10
ఉప్పు	:	తగినంత
జీలకర్ర	:	1టేబుల్ స్పూను
వెల్లుల్లి	:	2 పాయలు
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
తాలింపుగింజలు	:	2 టేబుల్ స్పూనులు
నూనె	:	100 గ్రాములు

తయారుచేయు విధానం:
ముందుగా దోసకాయలను, టమాటాలను శుభ్రంగా కడిగి ముక్కలు కోసుకుని వుంచుకోవాలి. తరువాత బాండీలో నూనె వేసి పచ్చిమిర్చి వేయించి తరువాత టమాటా ముక్కలు కూడా వేయించుకోవాలి. రోట్లో పచ్చిమిర్చి, టమాటా ముక్కలు, జీలకర్ర, వెల్లుల్లి, కొత్తిమీర, వేసి దంచి వుంచుకోవాలి. తరువాత బాండీలో నూనె వేసి తాలింపు పెట్టి పచ్చడిని వేడి వేడి అన్నంలోకి వడ్డించాలి.

టమాటా పెరుగు పచ్చడి

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1/2 కేజి
పెరుగు	:	2 కప్పులు
నెయ్యిలేదా డాల్డా	:	1 కప్పు
ఉప్పు, పసుపు	:	తగినంత
తాలింపుగింజలు	:	తగినన్ని
నూనె	:	1టేబుల్ స్పూను

తయారుచేయు విధానం:
ముందుగా టమాటాలను శుభ్రంగా కడిగి ముక్కలు తరిగి వుంచుకోవాలి. తరువాత వాటిని నెయ్యిలో కాని , డాల్డాలో కాని వేయించి వుంచుకోవాలి. ఇప్పుడు ఒక బౌల్‌లో పెరుగు వేసి దానిలో ఉప్పు, పసుపు వేసి వేగిన టమాటా ముక్కలు వేసి కలిపి వుంచాలి. తరువాత బాండీలో పోపుపెట్టి ఈ మిశ్రమాన్ని అందులో కలిపి వడ్డించాలి.

టమాటా స్వీట్ చట్నీ

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1/4 కేజి
బెల్లం	:	50గ్రాములు
ఎండుమిర్చి	:	10
చింతపండు	:	గోళీకాయంత
ఉప్పు	:	తగినంత
జీలకర్ర	:	కొద్దిగా
వెల్లుల్లి	:	2 గర్భాలు
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట
నూనె	:	50 గ్రాములు
తాలింపుగింజలు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:
ముందుగా ఎండుమిర్చిని నూనెలో వేపి పక్కన వుంచుకోవాలి. తరువాత టమాటాలను ముక్కలుగా కోసి వాటిని కూడా నూనెలో వేసి వేయించాలి. తరువాత మిగిలిన నూనెలో తాలింపు వేసి పక్కన వుంచాలి. రోట్లో ఎండుమిర్చి,టమాటాముక్కలు, చింతపండు, వెల్లుల్లి, జీలకర్ర, కొత్తిమీర వేసి నూరిన తరువాత బెల్లం వేసి కలిపి బాగా నూరి తాలింపు వేసిన గిన్నెలో కలిపి వడ్డించండి.

పెసరపప్పుతో టమాటా పప్పు

కావలసిన పదార్థములు:

పెసరపప్పు	:	1/4 కేజి
టమాటాలు	:	1/4 కేజి
చింతపండు	:	కొంచెం
ఉప్పు	:	తగినంత
పచ్చిమిర్చి	:	6
కారం	:	1టేబుల్‌స్పూను
వెల్లుల్లి	:	2 గర్భాలు
నూనె	:	50గ్రాములు
తాలింపుగింజలు	:	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానం:
ముందుగా పెసరపప్పును వుడికించి వుంచాలి. తరువాత టమాటా ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి కూడా వుడికిన పప్పులో వేసి వుడికించాలి. చింతపండు పులుసు పిసికి, దాంట్లో ఉప్పు,కారం వేసి ఉడికించి వుంచాలి. తరువాత బాండీ పెట్టి దాంట్లో తాలింపు వేసి వుడికిన పప్పులో వేడి వేడి అన్నంలో వడ్డించాలి.

క్యాలీ ఫ్లవర్ -టమాటా కూర

కావలసిన పదార్థములు:

క్యాలీఫ్లవర్	:	2 పెద్ద పూలు
టమాటాలు	:	1/4 కేజి

పచ్చిమిర్చి	:	8
ఉల్లిపాయలు	:	రెండు
కారం	:	1 టేబుల్ స్పూను
ఉప్పు	:	తగినంత
నూనె	:	100 గ్రాములు
తాలింపుగింజలు	:	కొద్దిగా
కొత్తిమీర	:	1 కట్ట

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా క్యాలీఫ్లవర్‌ను చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. తరువాత టమాటాలను ముక్కలుగా కట్ చేసుకుని వుంచుకోవాలి. బాండీలో తాలింపు వేసి టమాటా ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి, తరువాత వుడికిన క్యాలీఫ్లవర్‌ను వేసి బాగా మగ్గిన తరువాత కారం,ఉప్పు వేసి దించే ముందు కొత్తిమీర వేసి వేడి వేడి అన్నంలో వడ్డించండి.

క్యాబేజి-టమాటా కూర

కావలసిన పదార్థములు:

టమాటాలు	:	1/4 కేజి
క్యాబేజి	:	1/2 కేజి
కారం	:	1 టేబుల్ స్పూను
ఉప్పు	:	1 టేబుల్ స్పూను
నూనె	:	50 గ్రాములు
తాలింపుగింజలు	:	కొద్దిగా
కొత్తిమీర	:	1కట్ట

తయారుచేయు విధానం:

ముందుగా క్యాబేజిని ముక్కలుగాచేసి వుంచుకోవాలి. తరువాత టమాటాలు ముక్కలుగా చేసుకోవాలి.

బాండీలో నూనె వేసి క్యాబేజి ముక్కలు వేసి కొద్దిగా మగ్గిన తరువాత టమాటా ముక్కలు వేసి ముక్కలు మెత్తగా అవుతున్నప్పుడు కారం, ఉప్పు, వేసి బాగా కదిపి 2నిమిషాలు ఉంచి తరువాత దింపే ముందు కొత్తిమీర వేసి దించి వేడి వేడిగా సర్వ్ చెయ్యండి.